МАМОЧКИНА ВКУСНЯТИНА

Разнообразные салаты и закуски

Ароматное жаркое и паштеты

Наваристые супы и бульоны

Поджаристые отбивные и котлеты

Сытные запеканки и жюльены

Пышные пироги и ватрушки

Сочные БЛЮДА ИЗ КУРИЦЫ

КЛУБ СЕМЕЙНОГО ДОСУГА

SHOUT
SHARE
IT

Annotation

Курица – доступный и полезный продукт, который быстро и легко готовится. Это идеальный вариант легкого ужина, который можно быстро соорудить после работы, отличная идея сообразить что-то вкусненькое для неожиданных гостей. Нежнейшие отбивные из курочки, ароматные котлетки, окорочка гриль с золотистой корочкой, хрустящие наггетсы, аппетитное филе с грибами, овощами и фруктами, куриные запеканки с тающей сырной корочкой, фаршированная курочка с самыми разнообразными начинками! Выбирайте!

- Сочные блюда из курицы. Мамочкина вкуснятина!
  - ○
  - ○ Введение
  - ○ Салаты
    - ■
    - ■ Салат «Цезарь»
    - ■ Салат «Сырные сугробы»
    - ■ Салат «Гнездо глухаря»
    - ■ Салат из куриной грудки с горчичной заправкой
    - ■ Салат с курицей, помидорами и ананасами
    - ■ Салат «Курица с шампиньонами под шубой»
    - ■ Французский салат с курицей и маринованными грибами
    - ■ Салат с копченой курицей, помидорами и сыром
    - ■ Салат «Подсолнух»
    - ■ Салат «Хрустящий»
    - ■ Сытный куриный салат с морковью и орехами
    - ■ Салат с курицей и вешенками
    - ■ Салат из цыпленка с грибами
    - ■ Салат овощной с курицей
    - ■ Салат из куриных сердечек с сельдереем
    - ■ Салат с курицей и фруктами
    - ■ Салат с куриной печенью
    - ■ Салат из курицы с орехами
    - ■ Салат из курицы с грибами и сыром
    - ■ Салат с куриным филе и малиной
    - ■ Салат диетический
    - ■ Салат из курицы с черносливом и кинзой
    - ■ Салат из цыпленка с грушей
    - ■ Оливье с куриным мясом
  - ○ Закуски

-
- Куриный балык
- Холодец куриный
- Холодный рулет из куриных грудок
- Куриная грудка в пивном кляре
- Блинные «мешочки» с жюльеном
- Помидоры, фаршированные курицей
- Паштет из куриной печени
- Куриная печень с грибами
- Шаурма по-домашнему
- Зеленый рулет с курицей
- Куриный бургер с ананасом
- Канапе «Сытные»
- Канапе с курицей и огурцами
- Канапе с пикантной курочкой
- Канапе с курицей и овощами
- Канапе с курицей, помидором и салями
- Рулет с курицей и плавленым сыром

○ Первые блюда

-
- Суп с курицей и помидорами
- Суп «Курочка Ряба»
- Рассольник с курицей
- Острый куриный суп
- Суп «Ароматный»
- Бульон царский
- Сырный суп с курицей и рисом
- Красный суп с курицей и картофелем
- Суп-пюре из курицы
- Суп-пюре «Чесночный»
- Сырный суп по-французски
- Куриный суп с брокколи

○ Вторые блюда

-
- Куриное филе во фритюре
- Куриное филе с помидорами и медом
- Куриные вертуны
- Курица, тушенная с рисом и ананасами
- Куриное филе в панировке
- Куриное филе, тушенное с перцем по-мексикански
- Фаршированные куриные грудки
- Курица с бананами
- Курица в сырном соусе

- Куриное филе гриль в маринаде по-приморски
- Куриные грудки с изюмом
- Куриное филе, фаршированное фруктами
- Курица в яблоках
- Сациви с курицей
- Курица с шампиньонами и сыром
- Рагу из курицы
- Курица, тушенная с айвой и базиликом
- Куриные отбивные, запеченные с помидорами и перцем
- Курица с грибами в овощном соусе
- Домашние наггетсы
- Пикантная курочка с ананасом и медом
- Куриные грудки с шампиньонами
- Куриное филе с томатами и баклажанами
- Фаршированная грудка «Лодочка»
- Куриное филе по-восточному
- Куриное филе с сыром и орехами
- Куриные крылышки, запеченные с картофелем
- Перец, фаршированный курицей с орехами
- Карамельные куриные крылышки
- Куриные крылышки, жаренные с имбирем
- Куриные крылышки в чесночном соусе
- Цыпленок в белом вине
- Куриные крылышки в кляре
- Запеченные куриные голени с чесноком
- Цыплята, тушенные с грибами
- Цыплята с грибами, запеченные в фольге
- Цыплята, тушенные с грибами и морковью
- Цыплята в сметане
- Цыпленок в соевом соусе
- Цыплята в йогурте
- Курица под овощами
- Цыпленок с вишней
- Цыпленок с чесноком
- Бедрышки цыплят по-восточному
- Цыпленок в вине
- Цыпленок в сливочном соусе
- Цыпленок, фаршированный яблоками
- Цыпленок в сметанном соусе
- Цыпленок в соусе терияки
- Цыпленок по-австралийски
- Цыпленок в соусе из сухофруктов
- Цыпленок по-латиноамерикански

- Куриные бедрышки
- Курица с апельсиновым соусом
- Курица в пиве
- Хрустящие куриные ножки
- Курица в красном вине
- Куриные ножки с ананасом
- Курица под ореховым соусом с гранатовым соком
- Курица, жаренная с грибами
- Окорочка с сыром
- Курица в остром медово-горчичном соусе
- Куриные окорочка, фаршированные орехами и черносливом
- Пряные куриные голени в рукаве
- Курица со сливками по-французски
- Курица карри
- Курица, тушенная с молодым картофелем в горшочках
- Куриные бедрышки в светлом пиве
- Курица под соусом из сулугуни
- Куриные окорочка, запеченные с яблоками и луком
- Курица, фаршированная рисом, морковью и сельдереем
- Курица, фаршированная яблоками и лимоном
- Фаршированная курица без костей
- Курица с шампиньонами и сыром
- Курица, фаршированная рисом
- Шашлык из курицы в пряном маринаде с лимоном
- Курица, фаршированная по-еврейски
- Рубленые куриные котлеты
- Куриные котлеты с творогом и шпинатом
- Куриные отбивные с помидорами и болгарским перцем
- Рулетики из курицы с беконом
- Куриные рулетики в пряном соусе
- Куриные вертуны
- Куриные рулетики с фетой
- Куриные котлеты «Нежные»

○ Запеканки

-
- Овощная запеканка с курицей
- Запеканка из курицы с цукини и горошком

- Картофельная запеканка с куриной грудкой
- Кисло-сладкая запеканка из курицы с рисом
- Жюльен с курицей и грибами
- Запеканка-суфле с куриным мясом и овощами
- Картофельная запеканка с курицей
- Запеканка с курицей и кукурузой

○ Выпечка

-
- Куриный рулет в слоеном тесте
- Конвертики с курицей и перцем
- Пирожки с куриным фаршем и луком
- Ватрушки с мясом и болгарским перцем
- Пирожки с курицей и зеленью
- Пирожки с курицей и ветчиной
- Пирог с болгарским перцем
- Пирог по-деревенски с курицей и грибами
- Пирог с курицей, грибами и кабачками
- Пирог с курицей и морковью
- Круассаны с курицей и зеленью
- Рулетики с куриным филе, грибами и сыром

Сочные блюда из курицы. Мамочкина вкуснятина!

Составитель: Попович Наталия Юрьевна

© DepositPhotos.com / Elinacious, cajoer, prezent, okkijan, sarsmis, bit245, robynmac, Nitrub, 2016

© Книжный Клуб «Клуб Семейного Досуга», 2016

© ООО «Книжный клуб “Клуб семейного досуга”», г. Белгород, 2016

Введение

Блюда из куриного мяса одни из наиболее любимых на нашем столе. В этом мясе содержатся такие же белки и аминокислоты, как в свинине или говядине, но оно не такое жирное, лучше усваивается и считается диетическим продуктом. А какое оно вкусное! Нежнейшие отбивные из курочки, ароматные котлетки, окорочка гриль с золотистой корочкой, наггетсы, филе с грибами, овощами и фруктами, куриные запеканки с тающей сырной корочкой, фаршированная курочка с самыми разнообразными начинками – эти и другие блюда могут украсить не только повседневный, но и праздничный стол!

Еще одно неоспоримое преимущество использования куриного мяса заключается в том, что для приготовления блюд из него нужно совсем немного времени. Это идеальный продукт, чтобы после работы быстро приготовить ужин или что-то вкусненькое для нежданных гостей.

Нужно отметить, что и цена на курочку гораздо ниже, чем на телятину или свинину, и позволить себе вкусные блюда из курицы можно даже при скромных доходах.

В этой книге мы предлагаем рецепты самых разнообразных блюд из курицы, как простых и не требующих много времени для приготовления, так и таких, которым нужно уделить чуть больше внимания. Все они неизменно вкусны и наверняка понравятся вам и вашим близким.

Готовьте с удовольствием!

Салаты

Салат «Цезарь»

100 г куриного филе, 8–10 листьев салата, 1 ст. л. сыра (лучше пармезана), 15 г сухариков, 15 г анчоусов, 2 зубчика чеснока, помидоры черри, 150 г майонеза, 80 мл растительного масла, соль, черный молотый перец по вкусу

Куриное филе посолить, поперчить, обжарить с двух сторон в сковороде с растительным маслом (1–2 ст. л.), затем нарезать ломтиками. Можно обжарить предварительно замаринованное филе на гриле, а потом нарезать. Отложить один лист салата для украшения, остальные нарезать, переложить в миску, заправить соусом: смешать майонез, растительное масло, чеснок, анчоусы, посолить, поперчить и взбить в блендере. Листья салата с соусом выложить в салатник, сверху распределить сухарики, обжаренную

куриную грудку и посыпать тертым сыром. Украсить блюдо листиком салата и помидорами черри.

Салат «Сырные сугробы»

300 г отварного куриного мяса, 300–400 г шампиньонов, 5–6 отварных яиц, 50–70 г сыра, 1 зубчик чеснока, 3–4 ст. л. рубленого зеленого лука, 4–5 ст. л. майонеза, 2–3 ст. л. растительного масла, соль

Шампиньоны нарезать, обжарить в растительном масле. Отварное куриное мясо нарезать кубиками, выложить на дно салатника, посыпать зеленым луком, полить майонезом. Сверху выложить обжаренные шампиньоны, полить майонезом. Отварные яйца разрезать на половинки, аккуратно вынуть желтки, размять их с измельченным чесноком, солью и 1 ст. л. майонеза. Желтковой массой наполнить половинки яиц, выложить их на поверхность салата разрезом вниз, полить майонезом и посыпать тертым сыром.

Салат «Гнездо глухаря»

200 г отварного куриного филе, 400 г картофеля, 300 г моркови, 100 г репчатого лука, 5–6 веточек укропа, 5–6 отварных яиц, 150 г майонеза, 5–6 ст. л. растительного масла, специи по вкусу, соль

Картофель и морковь нарезать тонкой соломкой, лук – полукольцами. Овощи по очереди обжарить в небольшом количестве масла, выложить на салфетку, чтобы стек лишний жир. Отварное куриное мясо нарезать крупными кусками, затем разделить на волокна. Белки отварных яиц отделить от желтков, нарезать соломкой. Обжаренные овощи смешать с мясом, белками, заправить майонезом, аккуратно перемешать, посолить и поперчить. Салат выложить на сервировочное блюдо отдельными порциями, в центре каждой порции сделать углубление, придав форму гнезда. Желтки растереть с майонезом и мелко нарубленным укропом. Из полученной массы сформовать небольшие шарики и положить их в углубления.

Салат из куриной грудки с горчичной заправкой

450 г отварного куриного филе, 300 г мелких шампиньонов, 300 г помидоров, 150 г болгарского перца, 130 г красного лука, 5–6 веточек петрушки, 1 зубчик чеснока, 100 мл растительного масла, 3 ст. л. винного уксуса, 2 ч. л. зернистой горчицы, ½ ч. л. сахара, соль, перец по вкусу

Отварное куриное филе нарезать поперек волокон кусочками длиной 3–4 см и толщиной 5 мм. В большой салатной миске соединить мясо, обжаренные грибы, нарезанные дольками помидоры, нарезанный тонкими кольцами лук, полоски очищенного болгарского перца и измельченную зелень петрушки. Заправить салат соусом: взбить в однородную массу растительное масло, уксус, горчицу, перец, соль, сахар, измельченный чеснок. Салат украсить зеленью.

Салат с курицей, помидорами и ананасами

200 г куриного филе, 300 г ананасов, 200 г шампиньонов, 80 г лука, 100–120 г помидоров, 6–8 оливок, 2 ст. л. лимонного сока, 3 ст. л. майонеза, листья салата для украшения, соль, специи

Куриное филе отварить, остудить и мелко нарезать. Ананасы нарезать кубиками со стороной 1 см. Лук измельчить и обжарить, через 5 мин добавить шампиньоны и продолжать готовить, пока не выпарится жидкость, остудить. Все смешать, добавить мелко нарезанные оливки и помидоры, нарезанные дольками. Салат заправить майонезом, посолить и поперчить, добавить лимонный сок, украсить листьями салата.

Салат «Курица с шампиньонами под шубой»

300 г отварного куриного филе, 300 г шампиньонов, 100 г свежих огурцов, 6–8 веточек укропа или петрушки, 2 отварных яйца, 200 г сыра, 100 г майонеза, 3 ст. л. растительного масла, перец, соль

Шампиньоны нарезать небольшими кусочками, обжарить в растительном масле, посолить, поперчить. Отварное куриное мясо и свежие огурцы нарезать кубиками. Сыр и яйца натереть на крупной терке. Подготовленные продукты выложить в салатник слоями, поливая каждый слой майонезом: куриное филе, обжаренные шампиньоны, сыр, огурцы, яйца. Поверхность салата смазать майонезом и украсить зеленью.

Французский салат с курицей и маринованными грибами

200 г отварного куриного филе, 300–400 г маринованных грибов, 300 г отварного картофеля, 300 г отварной моркови, 100 г репчатого лука, 100 г майонеза, 2 ст. л. растительного масла, зелень

Лук мелко нарезать, обжарить в растительном масле. Маринованные грибы нарезать небольшими кусочками, соединить с обжаренным луком. Отварное куриное филе и картофель нарезать кубиками. Отварную морковь натереть на крупной терке. Подготовленные продукты выложить на блюдо слоями, смазывая майонезом: грибы с луком, половина картофеля, куриное мясо, морковь, оставшийся картофель. Верх салата смазать майонезом и украсить зеленью.

Салат с копченой курицей, помидорами и сыром

200 г копченых окорочков, 250–300 г помидоров, 100–150 г болгарского перца, 100 г сыра, 2 ст. л. измельченных грецких орехов, 2–3 зубчика чеснока, 8–10 веточек укропа или петрушки, майонез, соль, перец по вкусу

Копченое мясо и помидоры нарезать небольшими кусочками. Перец и сыр нарезать мелкими кубиками. Орехи, чеснок и зелень мелко нарубить. Все ингредиенты смешать, посолить, поперчить, заправить майонезом. Салат украсить ломтиками болгарского перца.

Салат «Подсолнух»

200 г отварного куриного мяса, 200 г шампиньонов, 100 г маслин без косточек, 250 г консервированной кукурузы, 3 отварных желтка, 100 г сыра, 1 упаковка чипсов, 100–150 г майонеза, растительное масло, соль

Шампиньоны нарезать, обжарить в растительном масле. Отварное куриное мясо нарезать небольшими кубиками. Отварные желтки и сыр натереть на терке по отдельности. Подготовленные продукты выложить в круглый салатник слоями, поливая каждый слой майонезом: куриное мясо; обжаренные шампиньоны; консервированная кукуруза; сыр; желтки. По краю салата выложить чипсы как «лепестки подсолнуха». Центр заполнить колечками маслин.

Салат «Хрустящий»

250 г отварного куриного филе, 300 г огурцов, 100–120 г лука, 3 зубчика чеснока, 6–8 листьев салата, 150 г сулугуни или брынзы, 200 г белого батона, 4 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. уксуса, перец, соль

Батон нарезать кубиками, обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Лук нашинковать полукольцами, обдать кипятком, отжать. Отварное куриное филе нарезать кубиками, огурцы – соломкой. Листья салата крупно нарезать, сулугуни или брынзу мелко нарубить. Для заправки растительное масло смешать с уксусом, солью, перцем и пропущенным через пресс чесноком. Подготовленные ингредиенты соединить, полить заправкой, аккуратно перемешать. Сухарики добавить перед подачей на стол, чтобы они оставались хрустящими.

Сытный куриный салат с морковью и орехами

500 г куриного филе, 450–500 г моркови, 150–180 г лука, 100 г измельченных ядер грецких орехов, растительное масло, майонез, соль

Куриное филе отварить в подсоленной воде до готовности, остудить, нарезать небольшими кусочками. Лук и морковь очистить, лук нарезать мелкими кубиками, морковь натереть на крупной терке. Разогреть растительное масло и обжарить лук с морковью в сковороде до золотистого цвета. Салат выложить слоями в глубокий салатник: курица, морковь с луком, майонез, курица. Чередовать слои, пока не закончатся ингредиенты. Салат смазать майонезом и посыпать орехами.

Салат с курицей и вешенками

300 г отварного филе курицы, 300 г картофеля, 250 г вешенок, 8–10 помидоров черри, зелень, растительное масло, соевый соус, соль, специи

Куриное филе нарезать полосками. Вешенки разделить, обжарить в растительном масле с двух сторон и нарезать соломкой. Картофель очистить, нарезать брусочками, обжарить в растительном масле. Помидоры вымыть, разрезать пополам. Зелень вымыть и измельчить. Осторожно смешать картофель, грибы, курицу, выложить в салатник, сбрызнуть соевым соусом, посыпать специями, украсить зеленью и половинками помидоров черри.

Салат из цыпленка с грибами

300 г отварного мяса цыпленка, 150 г грибов, 100 г отварного картофеля, 100 г рукколы, растительное масло, лимонный сок, молотый черный перец, соль

Грибы нарезать половинками, обжарить в масле, посолить, поперчить. Отварное мясо и картофель нарезать. Для заправки масло смешать с лимонным соком, солью и перцем. Подготовленные продукты соединить, полить заправкой и аккуратно перемешать. Готовый салат украсить листьями рукколы.

Салат овощной с курицей

250 г куриного филе, 200 г помидоров, 400 г зеленого салата, 120 г оливок, 100 г лука, 2–3 зубчика чеснока, 4 ст. л. сметаны, 2 ст. л. майонеза, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. лимонного сока, соль по вкусу

Куриное филе отварить, нарезать небольшими кусочками. Лук мелко нарезать и пассеровать в растительном масле с добавлением куриного бульона, оставшегося после варки филе, в течение 5–7 мин. Помидоры и оливки нарезать кусочками. Листья салата нарвать руками. Подготовленные продукты соединить, посолить, сбрызнуть лимонным соком, заправить соусом: сметану соединить с майонезом, добавить пропущенный через пресс чеснок, тщательно перемешать. Салат украсить по своему вкусу и дать настояться в холодильнике 2 часа.

Салат из куриных сердечек с сельдереем

250 г куриных сердечек, 200 г моркови по-корейски, 200 г корня сельдерея, 150 г лука, 3–4 веточки укропа, 3 ст. л. майонеза, растительное масло, молотый перец, кориандр, мускатный орех, соль по вкусу

Куриные сердечки отварить, очистить от оболочек, разрезать на 2–4 части. Корень сельдерея очистить, натереть на крупной терке. Лук нашинковать, обжарить в растительном масле до прозрачности, выложить на бумажное полотенце, чтобы стек лишний жир. Морковь по-корейски, сельдерей, обжаренный лук и сердечки смешать. Добавить специи, соль, майонез, аккуратно перемешать. Салат украсить веточками укропа.

Салат с курицей и фруктами

300 г куриного филе (отварного или гриль), 200 г яблок, 100 г твердых груш, 100 г консервированных ананасов, листья салата, зелень петрушки, 1 ст. л. майонеза, 2–3 ст. л. сметаны, молотый перец, кориандр, соль по вкусу

Куриное филе нарезать небольшими кубиками. Яблоки и груши очистить от сердцевины и кожуры, нарезать кубиками или небольшими ломтиками. С консервированных ананасов слить сироп, если нужно – нарезать. Смешать мясо и фрукты, добавить зелень петрушки, соль и специи. Заправить салат смесью майонеза и сметаны, осторожно перемешать, выложить на блюдо, украшенное листьями салата.

Салат с куриной печенью

250 г куриной печени, 50–80 г соленых огурцов, 100 г лука, 3 яйца, 70–100 г сыра, 2–3 ст. л. майонеза, растительное масло, соль и специи по вкусу

Куриную печень обжарить в растительном масле до готовности, нарезать небольшими кусочками. Лук нарезать не слишком мелкими кубиками, обжарить в растительном масле отдельно. Яйца сварить вкрутую, нарезать дольками. Сыр нарезать тонкими брусочками или натереть на крупной терке. Смешать лук, печень, сыр, яйца, заправить майонезом, солью и специями. Соленые огурцы нарезать тонкими ломтиками и украсить салат, можно также добавить зелень петрушки или укропа.

Салат из курицы с орехами

150 г отварного мяса курицы, 100 г картофеля, 100 г апельсинов, 100 г грецких орехов, 60–80 г свежих огурцов, 40 г зеленого горошка, 80–100 г майонеза, 30 г сливочного масла, соль по вкусу

Отварное мясо курицы нарезать мелкими кубиками, посолить и смешать с поджаренными на сливочном масле и измельченными орехами. Картофель отварить в кожуре, остудить, очистить, нарезать кубиками. Огурцы нарезать небольшими тонкими ломтиками. Подготовленные продукты соединить, добавить зеленый горошек. Салат посолить, заправить майонезом, перемешать, выложить горкой в салатник и украсить дольками апельсинов.

Салат из курицы с грибами и сыром

500 г отварного куриного филе, 200 г отварных шампиньонов, 100–120 г корня сельдерея, 100–120 г помидоров, 1 ст. л. зеленого горошка, 3 ст. л. тертого сыра, 100 г майонеза, соль по вкусу

Мясо нарезать соломкой, шампиньоны – небольшими ломтиками. Корень сельдерея очистить и измельчить. Подготовленные продукты соединить, добавить зеленый горошек и тертый сыр, посолить, заправить майонезом и аккуратно перемешать. Готовый салат выложить в салатник, украсить ломтиками помидоров и шляпками грибов.

Салат с куриным филе и малиной

300 г куриного филе гриль, 100 г малины, 100 г помидоров черри, 70 г сыра, 2 веточки базилика, 6–7 листьев салата, соевый соус

Куриное филе нарезать ломтиками. Помидоры черри разрезать на половинки. Сыр нарезать небольшими кубиками. Базилик вымыть, отделить листики от стебля. 3–4 листа салата нарезать кусочками. Целые листья салата выложить на блюдо. Кусочки курицы смешать с нарезанными листьями салата, базиликом, помидорами черри и сыром, сбрызнуть соевым соусом. Салат выложить на блюдо поверх листьев салата, украсить ягодами малины.

Салат диетический

300 г отварного куриного филе, 150 г отварного картофеля, 100 г болгарского перца, 150 г свежих огурцов, 1 помидор, 2 отварных яйца, по 4–5 веточек петрушки и укропа, 3–4 ст. л. сметаны, соль и специи по вкусу

Куриное филе, отварной картофель, огурцы и яйца нарезать кубиками. Перец очистить от плодоножки и сердцевины, нарезать небольшими кубиками. Зелень вымыть, обсушить, измельчить. Соединить подготовленные ингредиенты, посолить, добавить специи, заправить сметаной (желательно нежирной), аккуратно перемешать и выложить в салатник. Салат украсить зеленью, дольками помидоров и кружочками свежих огурцов.

Салат из курицы с черносливом и кинзой

300 г отварной куриной грудки, 200 г отварного картофеля, 100 г чернослива, 1 зубчик чеснока, 2–3 веточки кинзы, 250 г натурального йогурта, 50 г майонеза, лимонный сок и соль по вкусу

Чернослив промыть, залить кипятком, оставить на 15 мин. Затем воду слить, чернослив нарезать кусочками. Картофель очистить, нарезать мелкими кубиками, выложить в глубокий салатник. Мясо нарезать кубиками, добавить к картофелю, аккуратно перемешать, всыпать чернослив. Для приготовления заправки измельчить чеснок, смешать с нарезанной кинзой, йогуртом и майонезом. Взбить миксером до однородной массы, добавить лимонный сок. Приготовленной заправкой полить салат.

Салат из цыпленка с грушей

600–700 г цыпленка, 200 г куриной печени, 5 крупных твердых груш, 4–5 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. горчицы, 150 г сметаны, листья салата, молотый черный и красный перец, соль по вкусу

Цыпленка запечь в духовке или на гриле. Отделить мясо от костей и кожи, нарезать одинаковыми кусочками и положить в глубокий салатник. Груши очистить, удалить сердцевину с семенами, нарезать такими же кубиками, как мясо, сразу полить лимонным соком, чтобы не потемнели, смешать с мясом. Печень обжарить до готовности, размять вилкой, добавить 1 ст. л. лимонного сока, горчицу, молотый перец, соль и взбитую сметану. Смешать все подготовленные ингредиенты, посыпать молотым перцем, украсить листьями салата.

Оливье с куриным мясом

250 г куриного филе, 100 г маринованных грибов, 200 г картофеля, 50 г моркови, 4 яйца, 150 г консервированного горошка, 200 г лука, зелень, 200–250 г майонеза, 1 ст. л. растительного масла, соль, перец по вкусу

Куриное мясо отварить или запечь в рукаве, остудить, нарезать кубиками. Отварить яйца, картофель и морковь, нарезать небольшими кубиками. Лук нарезать полукольцами и обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Маринованные грибы нарезать небольшими кусочками. С консервированного горошка слить жидкость. Смешать все подготовленные продукты, посолить и поперчить по вкусу. Салат заправить майонезом, аккуратно перемешать, выложить горкой на блюдо и украсить зеленью.

Закуски

Куриный балык

600–700 г куриных грудок, 50 мл коньяка, 10 лавровых листьев, 1½ ст. л. смеси пряных трав, 1½ ст. л. смеси перцев, 250 г крупной соли

Куриные грудки тщательно промыть, обсушить. В отдельной посуде смешать специи, соль и коньяк. На дно посуды выложить половину приготовленной ароматной смеси. На нее уложить куриные грудки и поверх них распределить оставшуюся смесь. Посуду плотно обтянуть пищевой пленкой или закрыть крышкой и поставить в холодильник на 24 ч. После этого куриные грудки хорошо промыть, обсушить, завернуть в марлю или полотняную салфетку и выдержать в холодильнике 12–16 ч. Подавать, нарезав тонкими ломтиками.

Холодец куриный

1,5–2 кг курицы, 150 г моркови, 60 г корня петрушки, 200 г консервированного зеленого горошка, 6–7 веточек петрушки, 1–1½ ст. л. желатина, лавровый лист, соль, перец, специи по вкусу

Курицу вымыть, разрезать на куски, положить в кастрюлю с водой, поставить на огонь. Добавить очищенную целую морковь и корень петрушки, посолить и варить до готовности. В конце варки добавить специи. Готовую курицу вынуть из бульона, отделить мясо от костей, нарезать небольшими кусочками. В форму для холодца уложить промытую зелень петрушки, нарезанную отварную морковь, куриное мясо, консервированный зеленый горошек. Бульон, в котором варилась курица, процедить, добавить желатин и слегка подогреть, чтобы он полностью растворился. Залить куриное мясо с овощами. Поставить форму в холодильник, чтобы холодец застыл.

Холодный рулет из куриных грудок

1 кг куриного филе, 300 г болгарского перца, 200 г лука-порея, 200 г сыра, 2 ст. л. растительного масла, соль по вкусу

Отделить мясо от костей и отбить. Болгарский перец и лук-порей вымыть, крупно нарезать. Сыр натереть. Выложить куски мяса внахлест так, чтобы образовался пласт размером 15 × 20 см. Сверху распределить нарезанный болгарский перец и лук-порей, посыпать тертым сыром. Пласт свернуть рулетом, завернуть в фольгу, смазанную растительным маслом. Запекать в духовке при температуре 180–200 °С, затем полностью охладить. Подавать, нарезав рулет ломтиками толщиной 3–4 см, с соусом по вкусу.

Куриная грудка в пивном кляре

1 кг куриного филе, 3 зубчика чеснока, 3 яйца, 200 мл пива, мука, 3–4 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. лимонного сока, 2–3 ст. л. соевого соуса, соль и специи по вкусу

Нарезать филе, слегка отбить, накрыв пленкой, добавить измельченный чеснок, растительное масло, лимонный сок, соевый соус, соль, специи, перемешать и оставить на 1 ч. Для кляра смешать пиво, яйца, соль и столько муки, чтобы тесто не было слишком жидким или густым. Обмакнуть филе в кляр и обжарить по 4–5 мин с каждой стороны до румяной корочки.

Блинные «мешочки» с жюльеном

8–10 несладких блинов, 300 г куриного филе, 300 г шампиньонов, 60–80 г красного лука, 8–10 перьев зеленого лука, 100 г сыра, 50 г майонеза, 3–4 ст. л. растительного масла, специи по вкусу, соль

Куриное филе мелко нарезать, посолить, поперчить, обжарить в растительном масле до золотистой корочки. Отдельно обжарить шампиньоны и лук, соединить с куриным филе. Добавить тертый сыр, майонез, посолить, поперчить, аккуратно перемешать. Массу выложить в жаропрочную посуду и поставить на несколько минут в микроволновку или духовку, чтобы сыр расплавился. Приготовленную начинку выложить на середину каждого блинчика, завернуть их в виде мешочков и перевязать перьями зеленого лука. Подавать со сметаной.

Помидоры, фаршированные курицей

150–200 г куриного филе, 500–600 г помидоров, 2–3 ст. л. рубленой зелени, 70–90 г сыра, 100 г майонеза, 3–4 ст. л. растительного масла, перец, соль по вкусу

Помидоры вымыть, срезать верхушку, аккуратно вынуть сердцевину. Для начинки куриное филе нарезать мелкими кубиками, обжарить до готовности, посолить, поперчить. Подготовленные помидоры наполнить начинкой, полить майонезом, посыпать зеленью и тертым сыром. Запекать в духовке при температуре 200 °С 5–7 мин, затем остудить и украсить зеленью.

Паштет из куриной печени

500–600 г куриной печени, 300 г репчатого лука, 150 г сливочного масла, 3 ст. л. растительного масла, перец, соль

Куриную печень отварить, остудить и пропустить через мясорубку. Лук мелко нарезать, обжарить в растительном масле до прозрачности, смешать с печенью. Добавить мягкое сливочное масло, соль, перец, тщательно перемешать. Сформовать из массы батон, обернуть пищевой пленкой и поместить в холодильник на 1–2 часа.

Куриная печень с грибами

500 г куриной печени, 300 г шампиньонов, 100 г лука, ½ стручка красного болгарского перца, 100 мл белого сухого вина, 70 мл куриного бульона, 4 ст. л. растительного масла, 1 ч. л. молотой паприки, соль, специи по вкусу

Поджарить печень на сковороде с 2 ст. л. масла, влить бульон, тушить 5 мин и снять с огня. Отдельно на 2 ст. л. масла поджарить нарезанные лук, грибы и болгарский перец. Добавить печень, вино, специи и тушить без крышки 10 мин на слабом огне. Посыпать зеленью и подать на стол.

Шаурма по-домашнему

500 г куриного филе, 700–800 г помидоров, 500 г огурцов, 70 г красного лука, зелень, 4–5 небольших лавашей, 100 г майонеза, 3–4 ст. л. растительного масла, 2 ч. л. специй по вкусу, соль

Куриное филе мелко нарезать, обжарить в растительном масле, посолить, добавить специи. Помидоры, огурцы, лук и зелень мелко нарезать, добавить к мясу. Майонез соединить со специями, полить подготовленные продукты и аккуратно перемешать. Начинку выложить на листы лаваша и свернуть в виде конвертиков.

Зеленый рулет с курицей

500 г отварного куриного филе, 500 г брокколи, 120 г лука, 4 яйца, 6 ст. л. муки, ½ ч. л. разрыхлителя, 150 г майонеза, растительное масла, ½ ч. л. соли, перец

Брокколи разобрать на соцветия, отварить в подсоленной воде в течение 8–10 минут, дать остыть, измельчить блендером в пюре. Добавить муку, разрыхлитель, взбитые яйца, соль и перемешать. Отварное куриное филе нарубить, смешать с майонезом, поперчить, посолить. Добавить мелко нарубленный и обжаренный лук, перемешать. Противень застелить пергаментной бумагой, смазанной растительным маслом, выложить массу из брокколи в форме прямоугольника толщиной 1–1,5 см и выпекать в духовке примерно 30 мин, до готовности. Немного остудить, снять пергаментную бумагу, на остывший пласт выложить массу из курицы, разровнять, свернуть рулетом и охладить.

Куриный бургер с ананасом

700 г куриного филе, 120–150 г помидоров, 60 г огурцов, 150 г ананасов, 30 г красного лука, 40–50 г сыра, 1 зубчик чеснока, 4 булочки для бургеров, по 5–6 веточек петрушки и укропа, листья салата, 200 мл йогурта без добавок, 2 ст. л. сливочного масла, 2 ч. л. лимонного сока, 3 ч. л. горчицы, 3 ст. л. муки, соль, специи

Филе нарезать кусками, добавить масло, соль, специи и измельчить в фарш блендером. Для соуса измельчить огурец, укроп, петрушку, добавить пропущенный через пресс чеснок, йогурт, лимонный сок, соль, специи и взбить. Готовый соус оставить на 10 мин, чтобы настоялся. Из фарша сформовать котлеты по размеру булочек, запанировать в муке и обжарить в растительном масле до готовности. Колечки консервированного ананаса обсушить и обжарить в растительном масле. Когда котлеты будут готовы, выложить на каждую кусочек сыра, накрыть сковороду крышкой и подержать еще 3–5 мин. Булочку разрезать вдоль на 2 части, нижнюю смазать горчицей, положить лист салата, 2 кусочка помидора, котлету с сыром, ананас, полить соусом, положить еще один лист салата, 2 кольца красного лука и накрыть второй половиной булочки. Булочку можно немного

подогреть в микроволновке или духовке.

Канапе «Сытные»

200 г куриного филе, 200 г сыра, 60–70 г салями, 50 г болгарского перца, 5–6 ломтиков белого хлеба, майонез и зелень по вкусу

Куриное филе отварить в подсоленной воде до готовности, нарезать кубиками. Сыр также нарезать кубиками, колбасу – кружочками. Перец очистить от семян, нарезать квадратиками или треугольниками. Батон нарезать кусочками (квадратными, треугольными), обжарить на разогретой сковороде. Каждый ломтик батона смазать майонезом, уложить сверху курицу, сыр, салями и болгарский перец. Сколоть канапе шпажкой и украсить зеленью.

Канапе с курицей и огурцами

200 г отварного или запеченного куриного филе, 200 г огурцов, 5 ломтиков белого батона, 4–5 веточек укропа, 1 ч. л. горчицы, 1 ч. л. майонеза

Батон нарезать квадратиками, обжарить на сухой сковороде с двух сторон. Смешать майонез и горчицу, смазать верхнюю часть хлебных ломтиков. Уложить на них нарезанную кубиками курицу, кружочки огурца и сколоть шпажками. Украсить канапе зеленью укропа.

Канапе с пикантной курочкой

300 г куриного филе, 8–12 оливок, 150 г сыра, 5–6 веточек базилика, 4 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. горчицы, 1 ст. л. меда, растительное масло, соль и зелень по вкусу

Смешать лимонный сок, горчицу, соль и мед в однородную массу. Куриное мясо нарезать крупными кубиками, выложить в маринад, перемешать, оставить на 1 ч. Затем вынуть, выложить на сковороду и обжарить со всех сторон. На каждый кусочек курицы положить кубик сыра, листик базилика, оливку, зелень и сколоть шпажкой.

Канапе с курицей и овощами

200 г куриного мяса, 300 г мелкого картофеля, 200 г соленых огурцов, 150 г болгарского перца, 2–3 ст. л. майонеза, зелень

Куриное мясо отварить, нарезать кубиками. Картофель отварить в мундире, очистить, разрезать на 2 половинки. Перец очистить от семян и плодоножки, нарезать небольшими фигурными ломтиками. Соленые огурцы нарезать кружочками. На половинки картофеля уложить кружочки огурца, куриное мясо, смазать майонезом, положить ломтик болгарского перца, зелень и сколоть шпажкой.

Канапе с курицей, помидором и салями

300 г куриного филе, 70 г салями, 100 г болгарского перца, 200 г помидоров, зелень по вкусу

Куриное филе запечь на гриле, нарезать кусочками. Салями и помидоры нарезать кружочками. Перец очистить от плодоножки и семян, нарезать квадратными или треугольными ломтиками. Уложить курицу, перец, салями и помидор друг на друга, сколоть шпажкой и украсить зеленью.

Рулет с курицей и плавленым сыром

5 лепешек тонкого лаваша, 350 г отварного куриного филе, 300 г плавленого сыра, 2 ст. л. майонеза, 2 ст. л. растительного масла, соль и специи по вкусу

Куриное филе измельчить, добавить сыр, майонез, хорошо перемешать. Полученной массой прослоить лаваши, свернуть рулетом, оставить на 20–30 мин. Нарезать рулет поперек ломтиками толщиной 2 см и обжарить на растительном масле.

Первые блюда

Суп с курицей и помидорами

200 г куриного филе, 1 л овощного бульона, 400 г помидоров, 100 г моркови, 60 г лука, 10 маслин, 1–2 зубчика чеснока, 2 ст. л. томатной пасты, растительное масло, соль, специи и зелень по вкусу

Бульон довести до кипения, положить в него куриное филе и варить 10 мин. Затем мясо вынуть, нарезать, бульон процедить. Морковь и лук очистить, нарезать небольшими кубиками, выложить в сковороду с разогретым маслом, обжарить 5 мин. Помидоры обдать кипятком, снять кожицу, разрезать на 6–8 частей и вместе с томатной пастой добавить к овощам, тушить 5–7 мин. Бульон довести до кипения, выложить курицу, тушеные овощи, варить под крышкой 15–20 мин. В конце приготовления добавить измельченный чеснок, маслины, соль, специи и снять с огня. Подавать, посыпав зеленью.

Суп «Курочка Ряба»

1 кг курицы, 800 мл куриного бульона, 2 ст. л. коричневого риса, 2 ст. л. белого риса, 120 г помидоров, 100 г моркови, 80 г болгарского перца, 50 г лука, 2 ст. л. сливочного масла, соль, перец, зелень по вкусу

Отварить курицу в подсоленной воде, отделить филе от костей, нарезать тонкой соломкой. Бульон процедить. Нарезать мелкими кубиками перец, морковь, лук, обжарить в масле. Обдать помидоры кипятком, очистить от кожицы, нарезать дольками. Бульон довести до кипения, всыпать подготовленный рис, варить 10 мин. Добавить помидоры, обжаренные овощи, нарезанное филе, соль, перец, варить до готовности. При подаче посыпать мелко нарезанной зеленью.

Рассольник с курицей

800 г курицы, 500–600 г картофеля, 200 г моркови, 80 г корня сельдерея, 60 г корня петрушки, 60 г репчатого лука, 100 г соленых огурцов, 200 мл огуречного рассола, 2 ст. л. сливочного масла, лавровый лист, зелень, растительное масло, соль и перец по вкусу

Курицу отварить до полуготовности. Затем в бульон положить обжаренные в масле коренья и лук, нарезанный кубиками картофель, припущенные огурцы, лавровый лист, перец, влить 200 мл процеженного и прокипяченного огуречного рассола и варить до готовности. Из готового рассольника вынуть курицу, нарезать. При подаче в каждую порцию положить по куску курицы, заправить сметаной и зеленью.

Острый куриный суп

500–700 г куриного филе, 300–400 г картофеля, 120 г консервированной кукурузы, 100 г репчатого лука, 3 зубчика чеснока, зелень, лавровый лист, ⅓ ч. л. кориандра, по щепотке тимьяна, тмина и острого перца, соль

Курицу нарезать кубиками, положить в кастрюлю, залить 1–1,5 л воды, добавить мелко нарезанный лук, чеснок, специи, соль и варить до готовности. Мясо вынуть, бульон процедить, соединить с мясом, довести до кипения. Добавить нарезанный кубиками картофель, кукурузу, лавровый лист, варить на слабом огне 20 мин. Готовый суп посыпать свежей зеленью.

Суп «Ароматный»

1 курица (1,7 кг), 50 г свежих шампиньонов, 70 г моркови, 40 г корня петрушки, 40 г корня сельдерея, 100 г лука, 1–2 зубчика чеснока, зелень петрушки, 1 яйцо, 220–240 г муки, 2 ст. л. сметаны, 1 ст. л. томата-пюре, красный молотый перец и черный перец горошком, соль по вкусу

Курицу залить водой, довести до кипения, снять пену и варить на слабом огне до полуготовности. Добавить нарезанные грибы, морковь, коренья, лук, томат-пюре, перец, соль, варить до готовности. Курицу вынуть, бульон процедить. Муку просеять на стол горкой, сверху сделать выемку, разбить в нее яйцо, долить подсоленной воды, осторожными движениями замесить тесто. Оно должно получиться плотным и упругим. Тесто раскатать в очень тонкий пласт, посыпать мукой и нарезать тонкими полосками длиной 4–5 см. Лапшу отварить отдельно в бульоне. Мясо птицы отделить от костей и нарезать. Отваренные грибы и коренья нарезать соломкой. Добавить в бульон с лапшой мясо, грибы, коренья, чеснок, сметану, довести до кипения. Готовый суп посыпать зеленью петрушки.

Бульон царский

1,5 л куриного бульона, 200 г отварного куриного филе, 2 ст. л. апельсинового сока, 1 ст. л. вишневого ликера, зелень

Куриное мясо нарезать очень тонкими ломтиками. Смешать апельсиновый сок с ликером, полить мясо и поставить в холодильник на 2 ч. Затем выложить мясо в суповые чашки, залить кипящим бульоном. Подавать на стол горячим, посыпав зеленью.

Сырный суп с курицей и рисом

500 г куриного филе, 120 г риса, 250 г картофеля, 120 г моркови, 150 г репчатого лука, 400 г плавленого сыра, зелень, перец, соль

Куриное филе залить 3 л воды, посолить, поперчить и варить до готовности. Затем мясо вынуть из бульона, нарезать небольшими кусочками. В кипящий бульон всыпать промытый рис, варить 10 мин. Затем добавить нарезанный кубиками картофель, мелко нашинкованный лук и натертую на мелкой терке морковь, варить 5–7 мин. Положить кусочки мяса, варить до готовности картофеля. В конце приготовления добавить тертый плавленый сыр, перемешать, снять с огня. Подавать, посыпав зеленью.

Красный суп с курицей и картофелем

300 г куриного филе, 400–500 г картофеля, 400 г помидоров, 100 г болгарского перца, 60 г репчатого лука, 1–2 зубчика чеснока, зелень, соль

Куриное филе разрезать на 8–10 частей, залить 2 л воды, довести до кипения, снять пену. Через 10 мин добавить 100 г картофеля, натертого на крупной терке, и измельченный лук. Варить до готовности. Помидоры очистить от кожицы, нарезать дольками, положить в суп. Добавить нарезанный кубиками оставшийся картофель и болгарский перец, посолить, варить до готовности картофеля. В готовый суп добавить зелень, нарезанный пластинками чеснок, перемешать и дать настояться 20 минут.

Суп-пюре из курицы

1 курица, 2 желтка (сырых), 200 мл молока, 2 ст. л. муки, 4 ст. л. сливочного масла, зелень, соль по вкусу

Отварить курицу в подсоленной воде до готовности, отделить мясо от костей. Часть филе оставить, а остальное мясо пропустить два раза через мясорубку, затем добавить 2–3 ст. л. бульона и протереть через сито. Муку поджарить в 2 ст. л. сливочного масла, развести 800 мл горячего бульона и варить 20–30 мин. Полученный соус процедить, положить в него приготовленное из курицы пюре, перемешать. Если суп получится очень густой, развести кипящим бульоном. Суп посолить, заправить оставшимся сливочным маслом и желтками, смешанными с молоком, сразу же снять с огня. При подаче положить в каждую порцию куриное филе, посыпать зеленью и подать на стол.

Суп-пюре «Чесночный»

1,3 л куриного бульона, 300 мл молока или сливок, 200 г куриного филе, 100 г лука, 35 зубчиков чеснока, 4 яйца, 4 ломтика белого хлеба, растительное масло, соль и зелень по вкусу

Куриное филе нарезать кубиками, обжарить на сильном огне в растительном масле. Лук нарезать полукольцами. Очистить и нарезать 5 зубчиков чеснока, перемешать с луком и обжарить в масле до золотистого цвета. Куриный бульон довести до кипения. Выложить в него обжаренный лук с чесноком, добавить оставшиеся очищенные зубчики чеснока, варить около 40 мин. Кусочки хлеба нарезать кубиками, сбрызнуть маслом, оставшимся от жарки лука и чеснока, подсушить в духовке. У яиц отделить желтки от белков. Белки посолить, добавить специи, взбить и приготовить тонкий омлет. Сваренные зубчики чеснока вынуть из бульона и вместе с зеленью измельчить в блендере в однородную массу. Смесь вылить в суп. Желтки взбить с молоком и, осторожно помешивая, влить в суп, довести до кипения. В готовый суп добавить нарезанный полосками белковый омлет, обжаренное куриное мясо и сухарики из белого хлеба.

Сырный суп по-французски

400–500 г куриного филе, 400 г картофеля, 180 г моркови, 150 г лука, 200 г плавленого сыра, 3–4 ст. л. сливочного масла, зелень, лавровый лист, перец, соль

Мясо залить 3 л воды, довести до кипения, добавить лавровый лист, перец, соль и варить 40–50 мин. Затем мясо вынуть, нарезать небольшими кусочками. Картофель нарезать кубиками, добавить в кипящий бульон, варить 5–7 мин. Лук мелко нарезать, обжарить в сливочном масле до прозрачности. Морковь натереть на терке, добавить к луку, немного посолить и жарить до мягкости. Обжаренные овощи положить в суп, варить 5 мин. Затем добавить нарезанное мясо, а через 3–4 мин – тертый плавленый сыр. Хорошо перемешать, чтобы сыр расплавился, и снять с огня. Перед подачей суп посыпать зеленью.

Куриный суп с брокколи

300 г мяса курицы без костей, 300–400 г брокколи, 100 г риса или макарон, 120 г моркови, 1 стебель лука-порея, зелень, лавровый лист, соль

Мясо нарезать небольшими кусочками, залить водой, довести до кипения, положить лавровый лист, варить 30 мин. Добавить нарезанную соломкой морковь и стебель лука-порея, варить 10 мин. Затем лавровый лист и лук вынуть из бульона, добавить рис или макароны, соцветия брокколи, соль и варить до готовности. Суп посыпать зеленью и дать настояться.

Вторые блюда

Куриное филе во фритюре

400 г куриного филе, 120 г соуса чили, 4 ст. л. картофельного крахмала, 1 яйцо, 80 мл растительного масла, 1 ст. л. измельченного корня имбиря, 2 ч. л. соевого соуса, 3–4 зубчика чеснока

Соединить имбирь, чеснок и соевый соус. Мясо нарезать соломкой, смешать с маринадом, добавить яйцо, тщательно перемешать и поставить на 30–40 мин в холодильник. Затем мясо запанировать в крахмале и обжарить во фритюре до образования румяной корочки. Готовое блюдо выложить на тарелку и полить соусом чили.

Куриное филе с помидорами и медом

700 г куриного филе, 120 г помидоров, 100 г лука, 2 ч. л. меда, 2–3 зубчика чеснока, 3–4 шт. кураги, растительное масло, молотый черный перец, соль

Куриное филе мелко нарезать, обжарить в растительном масле до готовности. Добавить тонко нарезанный лук, измельченные чеснок и курагу, перемешать и жарить несколько минут. Затем положить мелко нарезанные помидоры без кожицы и мед, перемешать, слегка обжарить, посолить и поперчить по вкусу.

Куриные вертуны

800 г куриного филе, 300 г помидоров, 150 г сыра, 100 г майонеза, соль по вкусу

Филе разрезать вдоль, слегка отбить, посолить, смазать майонезом. Положить на середину каждого ломтика пластинку сыра и кружочек помидора, завернуть края филе и скрепить деревянной зубочисткой. Выложить на противень, смазанный растительным маслом, и запекать в духовке при температуре 220 °C около 20 минут.

Курица, тушенная с рисом и ананасами

400 г куриного филе, 180 г риса, 400 г ананасов, 300 г помидоров, 120 г моркови, 100 г корня сельдерея, 200 г репчатого лука, 200 г консервированного зеленого горошка, зелень петрушки, куриный бульон, 3–4 ст. л. растительного масла, лавровый лист, перец, соль по вкусу

Куриное мясо нарезать небольшими кубиками, обжарить в растительном масле до готовности, выложить на блюдо. Рис обжарить в масле вместе с рублеными луком, сельдереем и морковью. Добавить бульон, тушить на слабом огне под крышкой 15–20 мин. Затем положить мясо, зеленый горошек, соль, перец, лавровый лист, помидоры и тушить еще 5–10 мин. В конце приготовления добавить нарезанный мелкими кубиками ананас. Готовое блюдо посыпать рубленой зеленью.

Куриное филе в панировке

600–700 г куриного филе, 1 л молока, 2 яйца, 100 г панировочных сухарей, 2–3 ст. л. тертого сыра, 80–100 мл растительного масла, соль, перец, розмарин по вкусу

Куриное филе, нарезанное небольшими кусочками, замочить в молоке на 30 мин. Для панировки смешать сухари, тертый сыр, растительное масло, соль, перец и розмарин по вкусу. Хорошо перемешать, чтобы сухари впитали масло. Кусочки филе вынуть из молока, окунуть во взбитые яйца, сразу обвалять в панировке и уложить на противень, застеленный пергаментной бумагой. Запекать филе 12–15 мин при температуре 220 °С. Следить, чтобы корочка не пересохла!

Куриное филе, тушенное с перцем по-мексикански

500 г куриного филе, 300 г красного болгарского перца, 1 ст. л. лимонного сока, ½ ч. л. молотого красного перца, 1 ч. л. порошка карри, паприка, соль по вкусу, растительное масло

Куриное мясо нарезать кусочками толщиной 5–6 мм, сбрызнуть лимонным соком, поперчить, посыпать карри, паприкой. Затем обжарить мясо на растительном масле, постоянно перемешивая, до полуготовности. Добавить болгарский перец, нарезанный тонкой соломкой. Когда мясо будет готово, посолить, накрыть крышкой и томить на слабом огне еще 5 минут.

Фаршированные куриные грудки

600 г куриных грудок, 300 г свиного фарша, 300 г ветчины, 300 г сыра, 1 зубчик чеснока, 500 г майонеза, специи по вкусу, соль

В каждой грудке сделать надрез, чтобы получился карман, натереть специями и солью. В свиной фарш добавить тертый чеснок, специи и соль. Ветчину и половину сыра нарезать тонкими ломтиками. В надрезы на грудках вложить по ломтику сыра и ветчины, наполнить свиным фаршем, края сколоть зубочистками. Фаршированные грудки выложить на смазанный маслом противень, залить майонезом, посыпать оставшимся тертым сыром. Запекать при температуре 180–200 ˚С до золотистой корочки (около 40 минут).

Курица с бананами

700–800 г филе курицы, 500 г бананов, 200 г лука, 200 г сыра, 150 г майонеза, растительное масло, соль, перец по вкусу

Филе курицы немного отбить, нарезать кубиками со стороной 2–3 см. Выложить в смазанную маслом форму для запекания. Лук нарезать тонкими кольцами, выложить поверх куриного филе, посолить, поперчить по вкусу, смазать майонезом. Сверху выложить слой бананов, нарезанных кружочками толщиной 0,5 см, посыпать тертым сыром. Запекать в предварительно разогретой до 200 °C духовке 25–30 мин. Сыр должен расплавиться и слегка подрумяниться.

Курица в сырном соусе

1,2 кг куриного филе, 2 яйца, 100 г сыра, 3–5 ст. л. муки, 1–2 ст. л. растительного масла, соль и специи по вкусу

Куриное филе нарезать кусочками, отбить, натереть солью и специями и оставить мариноваться на 20 мин. Натертый на мелкой терке сыр растереть с яйцами в кремоподобную массу, посолить, добавить специи. Ломтики мяса запанировать в муке, выложить в смазанную маслом форму, залить сырным соусом и запекать в разогретой до 190–200 °С духовке до готовности.

Куриное филе гриль в маринаде по-приморски

700 г куриных грудок, 100 г лимонов, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. тертого имбиря, 7–8 веточек розмарина, 7–8 веточек кинзы, листья салата, 100 мл соуса терияки, 50 мл растительного масла, соль по вкусу

В каждой грудке сделать надрез, чтобы получился карман, слегка отбить. Кинзу и чеснок мелко нарезать, лимон нарезать тонкими полукруглыми ломтиками. Выложить в емкость мясо, лимоны, имбирь, чеснок, кинзу, розмарин, влить соус терияки, растительное масло, перемешать и поставить на 7–10 ч в холодильник. Маринованные грудки фаршировать лимонно-чесночной смесью и обжарить на гриле с двух сторон, поливая соусом. Готовые грудки выложить на листья салата.

Куриные грудки с изюмом

1 кг куриного филе, 100 г изюма, 300 г репчатого лука, 2 ст. л. очищенного арахиса или фундука, 300 мл сливок, мука, зелень, растительное масло, соль и перец по вкусу

Куриные грудки посолить, поперчить, обвалять в муке, обжарить до полуготовности и выложить в форму с высоким бортиком. Изюм замочить на 10 мин в воде, отжать, выложить поверх мяса. Очистить и нарезать тонкими кольцами репчатый лук, обжарить до золотистого цвета и выложить поверх изюма. Измельченные орехи обжарить в растительном масле до появления орехового запаха, добавить сливки, довести до кипения. Полученной смесью залить грудки. Накрыть форму крышкой или фольгой и поставить в разогретую до 190 °С духовку. Запекать 30–40 мин. Перед подачей украсить свежей зеленью.

Куриное филе, фаршированное фруктами

700–800 г куриного филе, 300 г яблок, 100 г чернослива, 200 г консервированных фруктов, 2 яйца, 1 ст. л. сметаны, 3 ст. л. пшеничной муки, 3 ст. л. панировочных сухарей, 100 г сливочного масла, соль по вкусу

Филе тонко отбить, натереть солью. Яблоки очистить от кожуры и сердцевины, нашинковать мелкой соломкой. Чернослив отварить в небольшом количестве воды, измельчить и соединить с яблоками. Яйца взбить со сметаной. На середину филе выложить яблочную начинку. Филе свернуть конвертом, запанировать в муке, обмакнуть в яично-сметанную смесь, обвалять в сухарях и обжарить в большом количестве масла до образования корочки. Затем довести до готовности в духовке. Подавать с консервированными фруктами.

Курица в яблоках

1 курица (1,8 кг), 400 г яблок, 100 г сыра, растительное масло, майонез, соль и перец по вкусу

Курицу нарезать кусками, посолить, поперчить, уложить в смазанную маслом форму. Сыр и очищенные от кожуры и сердцевины яблоки по отдельности натереть на крупной терке. Яблочную массу выложить на курицу, стараясь заполнить все пустоты, посыпать сыром и смазать майонезом. Запекать в разогретой до 180 °С духовке 35–45 мин. Перед подачей каждый кусочек курицы выложить на лист салата или пекинской капусты.

Сациви с курицей

1 курица (1,8 кг), 400–450 г грецких орехов, 100 г лука, 3–4 зубчика чеснока, 3 яичных желтка, ½ ст. л. винного уксуса, куриный бульон, 2 ч. л. сушеной кинзы, щепотка шафрана, молотая корица, красный перец, гвоздика, соль по вкусу

Курицу залить водой (примерно 2 л) и варить на умеренном огне около 1 ч. Затем выложить на противень грудкой вниз и обжарить в духовке до готовности, поливая образующимся соком. Курицу нарезать небольшими кусочками. Очищенные орехи смолоть или размять в ступке, добавить пропущенный через пресс чеснок, шафран, сушеную кинзу, красный перец, гвоздику и корицу, перемешать. Затем добавить яичные желтки, тщательно перемешать. Лук очень мелко нарезать и также смешать с ореховой массой. Влить столько остывшего бульона, чтобы получилась однородная кашица консистенции густой сметаны. Полученную кашицу 3–4 раза протереть через сито. Поставить кастрюлю с соусом на огонь, довести до кипения и сразу снять. Положить в кастрюлю кусочки курицы, перемешать и дать остыть, после чего добавить уксус и соль по вкусу. Подавать на стол сациви охлажденным с белым хлебом, красным вином и зеленью.

Курица с шампиньонами и сыром

1 курица (1,5 кг), 200–250 г шампиньонов, 150–200 г сыра, 250 г майонеза, соль и перец по вкусу

Мясо курицы нарезать кусочками, выложить в смазанную маслом форму для запекания, посолить и поперчить. Сверху выложить нарезанные дольками грибы, залить майонезом и посыпать тертым сыром. Запекать в духовке до золотистой корочки.

Рагу из курицы

600 г курицы, 400 г моркови, 120 г лука, 70 г корня петрушки, 50 г корня сельдерея, 180 г зеленого горошка, 2 ст. л. белого сухого вина, 450 мл куриного бульона, 1 ст. л. муки, 100 г сметаны, 2 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. рубленой зелени петрушки, лавровый лист, молотый черный перец, соль

Курицу нарезать небольшими кусочками и обжарить в разогретом масле до румяной корочки. Затем влить бульон, вино, добавить соль, перец, лавровый лист и нарезанные кубиками морковь, лук, корень петрушки и сельдерея, зеленый горошек. Тушить до готовности. Муку прогреть в сливочном масле до кремового оттенка, смешать с соусом, в котором тушится мясо, тушить 5 мин. В конце приготовления добавить сметану. Подавать на стол, посыпав зеленью.

Курица, тушенная с айвой и базиликом

1 курица (1,4 кг), 1,5–1,7 кг айвы, 300 г репчатого лука, 200 г зелени базилика, зелень укропа и кинзы, специи, соль по вкусу

Тушку промыть, нарубить небольшими кусочками. Лук очистить, измельчить, добавить к мясу, посолить, заправить специями, рубленой зеленью базилика и тщательно перемешать. Айву вымыть, удалить сердцевину, нарезать небольшими дольками. На дно формы для запекания положить мясо с луком и специями, сверху – ломтики айвы, влить 200 мл горячей воды, накрыть форму крышкой. Тушить в духовке на слабом огне в течение 1–1,5 ч. При подаче на стол перемешать, выложить в тарелки и посыпать измельченной зеленью укропа и кинзы.

Куриные отбивные, запеченные с помидорами и перцем

600 г куриного филе, 250 г помидоров, 120 г болгарского перца, 100–120 г моркови, 130 г лука, 100–150 г сыра, 3–5 ст. л. майонеза, 2–4 ст. л. растительного масла, специи, соль

Филе нарезать крупными ломтиками, отбить, натереть солью и специями, обжарить в разогретом растительном масле с двух сторон до румяной корочки. Выложить мясо в смазанную маслом форму. Помидоры обдать кипятком, очистить от кожицы, нарезать кружочками. Болгарский перец нашинковать соломкой. Морковь натереть на крупной терке. Лук нарезать полукольцами. Лук и морковь обжарить в растительном масле. Поверх мяса слоями выложить лук с морковью, перец и помидоры, полить майонезом, посыпать тертым сыром. В форму влить 50 мл воды или бульона и запекать в разогретой до 200 °С духовке 15–25 минут.

Курица с грибами в овощном соусе

1 кг курицы, 500 г шампиньонов, 100 г моркови, 80 г болгарского перца, 300 мл куриного бульона, 200 мл растительного масла, 2 ст. л. томатной пасты, сахар, соль и перец по вкусу

Курицу вымыть, натереть солью и перцем, разрезать на порционные кусочки, обжарить в растительном масле до полуготовности. Грибы нарезать соломкой, обжарить в растительном масле. Морковь натереть на крупной терке, лук и перец нарезать небольшими кубиками, добавить к грибам, посолить, обжарить. Обжаренную курицу выложить в глубокий сотейник, добавить овощную массу с грибами, томатную пасту, сахар, соль, влить бульон, тушить под крышкой на среднем огне 30–40 минут. Подавать с салатом из свежих овощей с сухариками.

Домашние наггетсы

1,2 кг куриного филе, 4 яйца, 2 ст. л. горчицы, 5–6 ломтиков белого хлеба, 5–6 ст. л. кунжута, мука, растительное масло, соль, специи

Куриное филе нарезать полосками толщиной 2–4 см и длиной 6–7 см. Приготовить панировку: измельчить в крошку белый хлеб, смешать с кунжутом, солью и специями. Яйца взбить с горчицей. Обвалять полоски мяса в муке, обмакнуть в яйцо с горчицей и запанировать в хлебных крошках с кунжутом. Обжарить в растительном масле со всех сторон до готовности. Готовые наггетсы выложить на бумажную салфетку, чтобы стек жир, и подать на стол.

Пикантная курочка с ананасом и медом

800 г куриного филе, 300 г консервированных ананасов, 1 ст. л. кукурузного крахмала, 100 г меда, 2–3 зубчика чеснока, 60–80 г горчицы, зелень, тимьян, соль, перец по вкусу

Филе немного отбить, приправить тимьяном, солью, перцем. Обжарить в сковороде до золотистого цвета. Ананасы вынуть из банки, нарезать, сок перелить в другую посуду. Смешать кукурузный крахмал с 3 ст. л. сока ананаса до однородной массы. Отдельно смешать горчицу, мед, измельченный чеснок, оставшийся ананасовый сок и влить в сковороду к филе. Добавить нарезанные кусочками ананасы, довести до кипения, уменьшить огонь, тушить 20 мин. Затем мясо вынуть. В сковороду влить смесь с кукурузным крахмалом, кипятить 2 мин, постоянно помешивая. Затем снова положить филе в сковороду, перемешать и томить в соусе 5 мин. Подавать, посыпав свежей зеленью.

Куриные грудки с шампиньонами

1,4 кг куриных грудок, 400 г шампиньонов, 120 г лука, 100 г сыра, 2 ст. л. сметаны, 2 ст. л. муки, соль, перец по вкусу, растительное масло

Грибы нарезать, обжарить в растительном масле. Когда грибы пустят сок, добавить мелко нарезанный лук. В конце приготовления посолить, поперчить, добавить сметану, перемешать. Добавить муку, разведенную в 50 мл воды, перемешать, дать закипеть и держать на огне до загустения. Куриные грудки вымыть, обсушить, сделать глубокий надрез в виде кармана, отбить. В надрез вложить грибную начинку, края сколоть зубочистками. Куриные грудки уложить на противень, смазанный маслом, посыпать тертым сыром. Запекать в духовке на среднем огне 20–30 минут.

Куриное филе с томатами и баклажанами

500 г куриного филе, 600–700 г баклажанов, 150–200 г лука, 500 г помидоров, 150 г сыра, майонез, горчица, чеснок, соль и специи по вкусу

Куриное филе нарезать крупными кусками, тщательно отбить. Каждый кусочек посолить, поперчить, обильно смазать майонезом, горчицей и оставить на 1 ч. Выложить филе в форму, смазанную растительным маслом. Сверху выложить слоями кольца лука, кружочки баклажанов, измельченный чеснок, дольки помидоров, посыпать тертым сыром. Запекать в духовке до готовности.

Фаршированная грудка «Лодочка»

700 г куриных грудок, 100 г моркови, 100–120 г лука, 3 зубчика чеснока, 100 г сыра, 2 яйца, 4–5 веточек петрушки, 3–4 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. лимонного сока, соль, специи по вкусу

Куриные грудки промыть, обсушить, сбоку каждой сделать два глубоких надреза не до конца, чтобы получилась «книжка» из трех листов. Лимонный сок, соль, специи, измельченный чеснок перемешать. Мясо смазать полученной смесью, оставить на 20 мин. Лук нарезать мелкими кубиками, морковь натереть на средней терке, петрушку измельчить. Лук обжарить в растительном масле до золотистого цвета, добавить морковь, жарить еще 3 мин. Снять с огня, добавить петрушку и 50 г натертого на средней терке сыра. Яйца сварить вкрутую, остудить, очистить, нарезать кружочками. В каждый надрез вложить по 1 ст. л. луково-морковной начинки и кружочек яйца. Края сколоть или аккуратно обвязать филе ниткой, чтобы начинка не выпала. Филе обжарить с двух сторон в растительном масле до золотистого цвета, выложить в форму для запекания, добавить немного воды и запекать в духовке при температуре 180 °С около 20 мин. Готовое блюдо освободить от ниток, посыпать оставшимся сыром и запекать в духовке еще 5 минут.

Куриное филе по-восточному

1 кг куриных грудок, 70 г вяленых томатов, 100 г сливочного сыра, 2 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. лимонного сока, 4 ст. л. соевого соуса, листья салата, соль, перец, тимьян по вкусу

Куриные грудки вымыть, обсушить, сделать глубокий надрез в виде кармана, отбить. Полить лимонным соком, соевым соусом, натереть молотым перцем и солью. В надрез вложить по кусочку сливочного сыра, вяленые помидоры, посыпать тимьяном, сбрызнуть растительным маслом. Скрепить края зубочистками. Обжарить грудки со всех сторон в растительном масле до золотистого цвета, завернуть в фольгу, выложить на противень и запекать в духовке при температуре 200 °С до готовности. Готовую грудку немного остудить. Подавать на листьях салата.

Куриное филе с сыром и орехами

1 кг куриного филе, 130 г лимонов, 150 г лука, 80 г измельченных ядер грецких орехов, 100 г сыра, 6–7 веточек укропа, 1 ст. л. кетчупа, 1 ст. л. горчицы, 2 ст. л. сметаны, соль, специи по вкусу, растительное масло

Филе промыть, обсушить. Сбоку каждого куска сделать глубокий надрез – «карман». Горчицу, кетчуп, сметану, соль и специи смешать. Полученным соусом смазать мясо со всех сторон, оставить мариноваться на 30–40 мин. Лимон очистить, мякоть мелко нарезать. Укроп измельчить. Лук нарезать мелкими кубиками, обжарить в растительном масле до золотистого цвета, снять с огня и сразу добавить мякоть лимона, орехи, укроп, тщательно перемешать и остудить. Наполнить начинкой «кармашки», сколоть зубочистками или зашить. Фаршированное филе выложить на смазанный растительным маслом противень, посыпать натертым на крупной терке сыром и запекать в духовке 30–40 мин при температуре 180–190 °С.

Куриные крылышки, запеченные с картофелем

400 г куриных крылышек, 1 кг картофеля, 2–3 зубчика чеснока, 2 ст. л. сливочного масла, 3–4 ст. л. майонеза, пряные травы, черный перец, соль

Крылышки натереть смесью соли, перца, пряных трав, мелко нарезанного чеснока и части майонеза. Слегка обжарить с двух сторон, уложить в середину смазанной маслом формы. Картофель очистить, разрезать на пластинки, разложить по краям формы и смазать оставшейся частью майонеза. Запекать в нагретой духовке 30 минут.

Перец, фаршированный курицей с орехами

1 курица (1,4 кг), 500–600 г болгарского перца, 400–500 г лука, 150 г ядер грецких орехов, 3 зубчика чеснока, 2 яйца, 2 ст. л. муки, 200 мл куриного бульона, растительное масло, 1 ст. л. яблочного уксуса, зелень, лавровый лист, соль, перец по вкусу

Курицу вымыть, залить водой, добавить лавровый лист, очищенную луковицу и варить 40 мин на среднем огне. Затем вынуть, удалить кости, мясо нарезать кусочками, посолить, поперчить и обжарить в растительном масле до готовности. Орехи измельчить, добавить мелко нарезанный чеснок, яйца, уксус, перемешать и соединить с курицей. У перца аккуратно вырезать сердцевину, наполнить куриной начинкой. Лук мелко нарезать, обжарить до золотистого цвета. Добавить муку, влить куриный бульон и довести до кипения. Фаршированный перец выложить в сотейник (установить вертикально, чтобы начинка не выпала), залить приготовленным соусом, накрыть крышкой и тушить на слабом огне 10–15 мин. Подавать, украсив зеленью.

Карамельные куриные крылышки

700–800 г куриных крылышек, 2 ст. л. меда, 3 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. горчицы, 1 зубчик чеснока, паприка, кориандр, карри, соль по вкусу

Куриные крылышки вымыть, разрезать на две части, кончики крыльев не использовать. Подготовленные крылышки обжарить на сильном огне в небольшом количестве масла под крышкой до образования румяной корочки. Смешать мед, соевый соус, горчицу, натертый на мелкой терке чеснок, приправы. Добавить соус к крылышкам, осторожно перемешать, прогреть. Соус должен впитаться в мясо почти полностью.

Куриные крылышки, жаренные с имбирем

500 г куриных крылышек, 100 г имбиря, 2–3 зубчика чеснока, перец, соль по вкусу

Имбирь натереть на мелкой терке. Чеснок пропустить через пресс. Имбирь и чеснок смешать с крылышками, посолить, поперчить. Выложить в форму для запекания, смазанную маслом, накрыть фольгой. Запекать в духовке при температуре 180–200 °С в течение 30–40 минут.

Куриные крылышки в чесночном соусе

500 г куриных крыльев, 2 зубчика чеснока, 250 г лимонов, 1–2 ст. л. горчицы, 1 ст. л. майонеза, 100 мл растительного масла, зелень, специи и соль

Из лимонов выжать сок. Крылья замариновать в смеси горчицы, майонеза, соли, специй и половины лимонного сока на 5–6 ч. Обжарить в растительном масле с двух сторон. Для соуса смешать измельченные чеснок с зеленью, залить оставшимся соком лимонов, добавить соль, специи. Куриные крылышки перемешать с соусом, дать настояться в течение 1 часа.

Цыпленок в белом вине

1 цыпленок (1 кг), 200 г помидоров, 2 зубчика чеснока, 2 ст. л. измельченного свежего эстрагона, 250 мл белого вина, 1 ч. л. анисовой водки, 100 г сметаны, 4 ст. л. растительного масла, соль, перец

Разрезать цыпленка на куски, посолить и поперчить. Измельчить чеснок, смешать с маслом и смазать мясо. Очистить помидоры, разрезать на 4 части, положить в форму для запекания. Сверху уложить куски цыпленка. Посыпать эстрагоном, полить вином, накрыть фольгой и плотно прижать края. Запекать в духовке 30–40 мин. Взбить сметану, добавить соль, перец и анисовую водку. Полить цыпленка соусом и запекать до готовности.

Куриные крылышки в кляре

1,5 кг куриных крылышек, 2 зубчика чеснока, 1 ч. л. тертого имбиря, 2 ст. л. крахмала, 1 яйцо, 1 ст. л. лимонного сока, 4 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. сахара, соль и специи по вкусу

Чеснок измельчить, смешать с тертым имбирем, лимонным соком, соевым соусом, специями и сахаром. Куриные крылышки замариновать в приготовленной смеси на 1 ч или на всю ночь. Время от времени перемешивать. Яйцо взбить с крахмалом и солью. В приготовленный кляр выложить куриные крылья, хорошо перемешать, затем по очереди выложить в разогретое растительное масло. Жарить с двух сторон до золотистой корочки. Перед подачей куриные крылышки выложить на тарелку, украсить зеленью и подать на стол.

Запеченные куриные голени с чесноком

700–800 г куриных голеней, 5–7 зубчиков чеснока, 2–3 ст. л. майонеза, 1 ст. л. томатного соуса, 2–3 ст. л. горчицы, 1 ст. л. хмели-сунели, соль и перец по вкусу

Для маринада смешать майонез, томатный соус, горчицу, хмели-сунели, соль, перец и измельченный чеснок до однородной массы. Голени залить маринадом и поставить в холодильник на 2–3 ч. Затем выложить голени на противень или в форму для запекания и поставить в духовку. Через 10–15 мин перевернуть и запекать еще примерно столько же.

Цыплята, тушенные с грибами

2 цыпленка (по 600–700 г), 200 г свежих белых грибов, 250 г моркови, 100 г корня петрушки, зелень петрушки, 50 г сливочного масла, соль

Тушки цыплят разрубить на 4 части. На дно формы для запекания положить сливочное масло (половину порции) и куски цыплят. Добавить мелко нарезанные бланшированные морковь, корень петрушки и грибы, посолить. Сверху положить оставшееся сливочное масло, накрыть форму фольгой, поставить в нагретую до 200 ˚С духовку и тушить около 30 мин. Затем посыпать мелко нарубленной зеленью, перемешать и тушить еще 15–25 минут.

Цыплята с грибами, запеченные в фольге

2 цыпленка (по 600–700 г), 500 г шампиньонов или вешенок, 200 мл белого сухого вина, 2–3 ст. л. растительного масла, базилик, чабрец, розмарин, майоран, молотый черный перец, соль

В глубокой миске смешать специи, соль, перец, растительное масло и нарезанные небольшими пластинками грибы. Выложить туда цыплят, разрезанных пополам, перемешать и мариновать 20–30 мин. Приготовить 4 листа фольги. Каждую половинку цыпленка выложить на отдельный лист, сверху распределить грибную смесь с пряностями, приподнять края фольги и влить по 50 мл вина. Запекать в духовке 25 мин при температуре 190–200 °С.

Цыплята, тушенные с грибами и морковью

2 цыпленка (1,2 кг), 200 г моркови, 300 г шампиньонов или других свежих грибов, 10–12 веточек петрушки, сливочное масло, соль и специи по вкусу

Цыплят разделить на части, натереть солью и специями. Промытые грибы и очищенную морковь мелко нарезать, обдать кипятком. Форму для запекания смазать сливочным маслом, выложить кусочки цыпленка, грибы, морковь, сверху распределить немного масла, накрыть фольгой, прижать края и поставить в духовку. Через 30–40 мин добавить нарезанную зелень, перемешать и тушить до готовности.

Цыплята в сметане

2 цыпленка (по 700–800 г), 70–80 г сметаны, 2–3 ст. л. растительного масла, 3 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. измельченных листьев розмарина, черный перец, соль

Духовку предварительно нагреть до 200 °С. Цыплят вымыть, обсушить бумажным полотенцем, разрезать грудную кость и сделать на коже как можно больше надрезов. Перемешать 2 ст. л. сметаны с листьями розмарина, перцем и щепоткой соли. Заполнить смесью надрезы и смазать тушки цыплят. Подготовленных цыплят обжарить в разогретом масле с двух сторон, затем уложить в форму и запекать в нагретой духовке 15–20 мин. В сковороду, в которой жарились цыплята, выложить оставшуюся сметану, добавить лимонный сок и проварить несколько минут. Готовых цыплят полить сметанно-лимонным соусом.

Цыпленок в соевом соусе

1 цыпленок (600 г), 100 мл красного сухого вина, 50 мл соевого соуса, 1 ст. л. коричневого сахара, 2 звездочки аниса, 1 палочка корицы, 1 ст. л. тертого корня имбиря, 1 ст. л. кунжутного масла, перец, соль

В разогретую сковороду влить соевый соус и вино, добавить коричневый сахар, анис, корицу, кунжутное масло и тертый имбирь, немного проварить. Цыпленка разрезать на порционные куски, вымыть, обсушить, выложить в кипящий соус, добавить соль, перец по вкусу. Тушить 20–25 мин, время от времени переворачивая.

Цыплята в йогурте

2 цыпленка (по 700 г), 500 г жирного йогурта без наполнителей, небольшой кусочек корня имбиря, 5–6 зубчиков чеснока, листья мяты, 1 ст. л. лимонной цедры, 3 ст. л. лимонного сока, 1 ч. л. куркумы, молотый черный перец, соль

Цыплят вымыть, обсушить бумажным полотенцем и нарезать на порционные куски. Йогурт смешать с крупно нарезанным имбирем и чесноком, мятой, лимонной цедрой, куркумой, солью и перцем. Положить в маринад куски цыплят, перемешать. Посуду плотно закрыть и оставить на 1 ч при комнатной температуре. Затем куски цыплят нанизать на деревянные шпажки и обжарить на гриле с обеих сторон, поливая лимонным соком и маринадом.

Курица под овощами

700 г куриного филе, 500 г молодого картофеля, 300–400 г кабачков, 200–250 г помидоров, 120 г лука, 2–3 яйца, 1–2 ст. л. муки, 1–2 ст. л. кетчупа, сливочное масло, чеснок, зелень, перец, соль и специи по вкусу

Форму для запекания или противень с бортиками смазать сливочным маслом, выложить кусочки мяса, посыпать солью, перцем, сверху разложить нарезанный кольцами лук, дольки помидоров и поставить в нагретую до 200 °С духовку. Тушить 10–15 мин (жидкость должна выпариться). Яйца взбить, добавить натертые на крупной терке кабачки, кетчуп, измельченный чеснок, зелень, соль, специи и муку. Тщательно перемешать, чтобы получилась однородная масса. Молодой картофель очистить, нарезать кружочками толщиной 0,4–0,6 см. Мясо вынуть из духовки, посыпать специями, ровным слоем выложить картофель, залить яичным соусом, поставить в духовку и запекать до готовности.

Цыпленок с вишней

1 цыпленок (1 кг), 300 г вишен без косточек, 5 ст. л. сливочного масла, 150 мл красного полусухого вина, 1 ст. л. крахмала, соль, сахар и перец по вкусу

Растопленное сливочное масло смешать с перцем и солью. Цыпленка уложить на противень грудкой вниз, смазать половиной масляной смеси. Накрыть тушку фольгой, оставив небольшое отверстие для выхода пара. Запекать 20–30 мин, затем перевернуть цыпленка, смазать оставшейся масляной смесью и запекать, не накрывая фольгой, еще 30–40 мин. Сок, образовавшийся при жарке, слить в кастрюлю, смешать с вином, добавить разведенный в холодной воде крахмал и варить до загустения, помешивая. Положить в соус вишни, перемешать и варить еще 3–4 мин. Цыпленка разрезать на порционные куски и полить вишневым соусом.

Цыпленок с чесноком

2 цыпленка (по 600–700 г), 3 головки молодого чеснока с зелеными побегами, 200 г сливочного масла, 3 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. лимонного сока, 1 ст. л. лимонной цедры, 6 веточек тимьяна, черный перец, соль

Разрезать цыплят вдоль брюшка, отбить, чтобы тушки можно было распластать. Приготовить маринад из нарезанного чеснока, оливкового масла, лимонной цедры, половины лимонного сока, половины пучка тимьяна, молотого перца и соли. Смазать цыплят маринадом, сложить в посуду, плотно закрыть крышкой и поставить в холодильник на 1–2 ч. Затем обжарить цыплят на гриле или в духовке до готовности. Сливочное масло разделить на две части. В одну добавить 1 ч. л. листьев тимьяна, щепотку соли, щепотку перца и оставшийся лимонный сок, хорошо перемешать. Во вторую часть добавить 1 ч. л. листьев тимьяна,

щепотку молотого перца, соевый соус и также хорошо перемешать. Подавать цыплят с двумя видами соуса – на выбор.

Бедрышки цыплят по-восточному

500 г бедрышек цыплят без костей и кожи, 80 г корня имбиря, 2 зубчика чеснока, 2–3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. рисовой водки, 2 ст. л. соевого соуса, 1–2 ст. л. яблочного уксуса, 100 г лимона, картофельный крахмал, зелень кинзы, перец, соль

Имбирь натереть на мелкой терке, чеснок измельчить, смешать с имбирем, добавить соевый соус, рисовую водку, уксус, соль, перец по вкусу. Положить куриные бедрышки в маринад и оставить на 30–40 мин. Затем промокнуть бедрышки бумажным полотенцем и запанировать в картофельном крахмале. Разогреть растительное масло, обжарить цыпленка до золотистой корочки, по 6–7 мин с каждой стороны. При подаче украсить ломтиками лимона, посыпать кинзой.

Цыпленок в вине

2 цыпленка (1,3 кг), 100 г сала, 200 г шампиньонов, 500 г лука, 1–2 зубчика чеснока, 100 мл коньяка, 400 мл красного сухого вина, 2 ст. л. сливочного масла, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. муки, лавровый лист, соль, специи по вкусу

Каждого цыпленка разрезать на 4 части, обжарить в смеси сливочного и растительного масла, переложить на тарелку. В той же сковороде обжарить нарезанное небольшими кусочками сало, добавить нарезанные шампиньоны, лук и чеснок, томить 5–7 мин. Добавить обжаренного цыпленка, посыпать мукой, влить коньяк, положить лавровый лист, тушить 20 мин. После этого влить вино, добавить соль и специи по вкусу, тушить до готовности (около 40 мин).

Цыпленок в сливочном соусе

2 цыпленка (1,2–1,3 кг), 100 г корня петрушки, 200 г лука, 1 ст. л. муки, 100 мл белого виноградного вина, 1 ч. л. лимонного сока, 2 ст. л. сливочного масла, 1 ст. л. растительного масла, 5 веточек укропа, соль и перец по вкусу, мясной бульон или вода

Тушки цыплят промыть в воде, разрубить на 4 части, плотно уложить в форму для запекания, добавить очищенные, вымытые и измельченные коренья, очищенные от шелухи луковицы (мелкие), залить мясным бульоном или водой на ¾ высоты, добавить соль, перец и накрыть форму фольгой. Тушить в нагретой до 190 °С духовке 1 ч. Сок, образовавшийся при тушении, слить в сотейник, добавить обжаренную в растительном масле муку, влить вино и варить, помешивая, около 10 мин. Соус процедить, добавить лимонный сок, сливочное масло, посолить и тщательно перемешать. Соус вылить на мясо и тушить, прикрыв фольгой, еще 15 минут. При подаче на стол куски цыплят полить соусом и посыпать рубленым укропом.

Цыпленок, фаршированный яблоками

1 цыпленок (1 кг), 200–250 г яблок, 80 г ядер грецких орехов, 3 ст. л. меда, 3 ст. л. сметаны, зелень, соль, специи по вкусу

Сметану смешать с солью и специями и натереть цыпленка снаружи и внутри, мариновать 30–40 мин. Яблоки вымыть, очистить от кожуры, удалить сердцевину, нарезать небольшими ломтиками и смешать с половиной нормы грецких орехов. Начинить смесью цыпленка, разрез зашить. Запекать цыпленка в духовке при температуре 180–190 °С около 1,5 ч, затем вынуть, смазать медом, посыпать оставшимися грецкими орехами и запекать еще 15–20 мин. Подавать горячим, украсив веточками зелени, половинками грецких орехов и ломтиками яблок.

Цыпленок в сметанном соусе

2 цыпленка (1,2–1,4 кг), 2 ст. л. сушеных белых грибов, 500 г картофеля, 100 г моркови, 150 г репчатого лука, 3 ст. л. тертого сыра, 150 г сметаны, 1½ ст. л. муки, 150 мл грибного бульона, зелень петрушки, 3–4 ст. л. смальца или сливочного масла, соль и перец по вкусу

Цыплят разрубить на куски. Картофель, морковь и лук очистить, нарезать кубиками, обжарить по отдельности. Грибы отварить, нарезать соломкой. Для соуса муку поджарить на сухой сковороде до кремового цвета, слегка охладить, влить горячий грибной бульон, перемешать до однородности, добавить сметану и варить 20 мин. Куски цыплят уложить в форму для запекания, добавить грибы, картофель, лук, морковь, залить сметанным соусом и тушить в духовке 30–40 мин. За 10–15 мин до конца приготовления посыпать тертым сыром. Подавать, украсив зеленью петрушки.

Цыпленок в соусе терияки

800 г филе цыпленка, 150–200 г шампиньонов, 4 ст. л. соуса терияки, 2–3 ст. л. меда, ⅓ ч. л. тертого имбиря, 100 мл белого сухого вина, растительное масло, кунжут, соль и сахар по вкусу

Смешать 70 мл вина, 3 ст. л. соуса терияки и половину меда. Филе цыпленка нарезать небольшими кусочками, смешать с маринадом, оставить на 30 мин. Оставшееся вино, соус терияки, мед, сахар и имбирь смешать. Грибы вымыть, разрезать на 2–4 части и замариновать в приготовленном соусе. С куриного мяса слить маринад, обжарить кусочки в разогретом растительном масле, влить маринад и тушить до готовности. Затем выложить грибы вместе с соусом, в котором они мариновались, и тушить, пока соус не станет вязким. Для гарнира использовать рис, на который выложить кусочки грибов и цыпленка, посыпать кунжутом и сразу подать на стол.

Цыпленок по-австралийски

2 цыпленка (1,7–1,9 кг), 300 г грибов, 300 г замороженного горошка, 300 г моркови, 200 г лука, 1–2 зубчика чеснока, 250 мл пива, 150–200 г сметаны, зелень, соль и перец по вкусу

Разогреть в сковороде масло, обжарить морковь, лук и грибы, нарезанные кубиками, добавить зеленый горошек. Нарезанных кусками цыплят обжарить отдельно. В форму для запекания уложить слоями овощи, мясо, посыпать солью, перцем и поставить в духовку на 20–30 мин. Затем добавить измельченный чеснок, влить пиво, сметану, посыпать зеленью и запекать до готовности.

Цыпленок в соусе из сухофруктов

1 цыпленок (1 кг), 60–70 г изюма, 70 г чернослива, 50 г кураги, 50 г сметаны, топленое сливочное масло, соль и специи по вкусу

Цыпленка разрезать вдоль на 2 части, распластать, натереть солью, специями, сметаной и обжарить в растопленном масле с двух сторон. Залить все фрукты горячей водой, оставить на 10 мин. Чернослив и курагу разрезать на 4 части. Цып– ленка разрезать на порционные куски и вместе с сухофруктами выложить в форму для запекания (сухофрукты выложить на мясо). Влить 100 мл горячей воды, накрыть форму фольгой, поставить в нагретую до 200 °С духовку и тушить до готовности.

Цыпленок по-латиноамерикански

600 г цыпленка, 150 г риса, 400 г помидоров в собственном соку, 60 г болгарского перца, 120 г красного лука, 1 зубчик чеснока, 100 г маслин, 200 мл куриного бульона, 1 ч. л. паприки, 1 ч. л. зиры, ½ ч. л. шафрана, соль, сахар, перец, растительное масло, зелень петрушки

Болгарский перец запечь в духовке, остудить, очистить от кожицы. Цыпленка нарезать крупными кусками. Разогреть в сотейнике масло, обжарить лук и чеснок до золотистого цвета. Положить куриное мясо и жарить до образования румяной корочки. Добавить зиру, паприку, шафран, соль, сахар, перец, перемешать, жарить в течение 1–2 мин. Помидоры измельчить, положить вместе с соком в сотейник, добавить бульон и рис. Накрыть крышкой и тушить 15–20 мин, до готовности риса. Добавить измельченную петрушку, крупно нарезанный болгарский перец, разрезанные пополам маслины, перемешать, посолить, прогреть около 3 мин и снять с огня. Готовое блюдо посыпать зеленью петрушки.

Куриные бедрышки

1,5 кг куриных бедрышек без кожи, 4–5 зубчиков чеснока, зелень кинзы, 250–300 мл жирных сливок, 2 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. горчицы, кардамон, паприка, куркума, тмин, соль и перец по вкусу

Мясо вымыть, обсушить, натереть солью и перцем. Разогреть в сковороде растительное масло, обжарить бедрышки до зарумянивания. Влить немного воды, накрыть сковороду крышкой, тушить на слабом огне 10 мин (до выпаривания жидкости). Растереть в ступке тмин, кардамон, куркуму, паприку, чеснок, горчицу, влить сливки, перемешать. Залить цыпленка приготовленным соусом, тушить 10–15 мин. Затем посыпать измельченной зеленью кинзы и снять с огня.

Курица с апельсиновым соусом

1 кг куриного филе, 2 апельсина, 70–80 г апельсинового джема, 2 зубчика чеснока, веточки розмарина, 1 ч. л. кукурузного крахмала, 1 ст. л. сливочного масла, ½ ч. л. сушеного розмарина, ¼ ч. л. молотого черного перца, 1 ч. л. соли

В сковороде растопить сливочное масло, обжарить измельченный чеснок. Выложить филе курицы, посолить, поперчить, посыпать сушеным розмарином, обжарить с двух сторон. Затем накрыть крышкой и тушить на слабом огне до готовности. Выжать из 1 апельсина сок. Оставшийся апельсин очистить от кожуры и нарезать тонкими кружочками. Смешать апельсиновый сок, джем, кукурузный крахмал и 50 мл воды. Обжаренную курицу выложить на подогретую тарелку. В сковороду, где жарилась курица, влить приготовленный соус и прогреть, помешивая, до загустения. Добавить кружочки апельсина, выложить курицу, прогреть 3 мин. Подавать, полив курицу полученным соусом и украсив веточками розмарина.

Курица в пиве

1 курица (1,5–1,7 кг), 250 г грибов, 200 г лука, 50 мл коньяка, 500 мл пива, 150 г сметаны, 1 сырой яичный желток, 2 веточки петрушки, ¼ ч. л. тмина, острый красный перец, соль по вкусу, сливочное масло

Курицу разрезать на куски, обжарить в небольшом количестве масла. Переложить мясо в тарелку. Лук очистить, мелко нарезать, выложить в сковороду, где жарилась курица. Поверх лука выложить куски курицы, залить коньяком, пивом, добавить 50 г сметаны, перец, соль, измельченную зелень петрушки, тмин, довести до кипения. Добавить грибы, тушить под крышкой 40–50 мин. Затем выложить куски курицы в отдельную посуду. В сковороду с образовавшимся соусом добавить оставшуюся сметану и, когда начнет закипать, быстро вбить желток. Перемешать и снять с огня. Подавать курицу, полив соусом.

Хрустящие куриные ножки

500–600 г куриных голеней, 2 зубчика чеснока, 1 яйцо, 1 ст. л. муки, 100 г панировочных сухарей, растительное масло, 1 ч. л. специй, соль

Куриные голени натереть смесью специй, соли и чеснока, оставить на 2–3 ч. Взбить яйцо с солью в негустую пену. Каждую голень запанировать в муке, обмакнуть в льезон, затем обвалять в сухарях и обжарить в разогретом растительном масле со всех сторон до золотистой корочки. Обжаренные ножки выложить на противень и запекать в духовке при температуре 180 °С в течение 15 минут.

Курица в красном вине

2 цыпленка (по 600 г), 125 г шампиньонов, 450 г лука, 1 зубчик чеснока, 80 мл коньяка, 500 мл красного вина, 2 ст. л. сливочного масла, 60–100 г сала, 1 ст. л. муки, лавровый лист, молотый черный перец, соль

Каждую тушку цыпленка разделить на 4 части и обжарить с двух сторон. Цыплят вынуть, положить на сковороду нарезанное кубиками сало, слегка вытопить жир. Добавить 200 г мелко нарезанного лука, измельченные грибы, чеснок, обжарить. Затем положить на сковороду цыплят, посыпать мукой, влить коньяк, добавить лавровый лист и оставшийся нарезанный лук, тушить 5 мин. Перемешать, влить вино, приправить солью и перцем, дать немного покипеть. Цыплят выложить, накрыть, чтобы не остыли, соусу дать наполовину выкипеть, полить им цыплят и подать на стол.

Куриные ножки с ананасом

4 куриные четверти (около 1,5 кг), 200 г риса, 1 стебель лука-порея, 200 г болгарского перца, 100 г яблок, 100 г консервированных ананасов, 300–350 г бананов, 100 мл сливок, 2 ст. л. хереса, 500 мл куриного бульона, 6 ст. л. растительного масла, 3 ч. л. карри, ½ ч. л. молотого перца чили, черный перец, соль по вкусу

Рис отварить в курином бульоне. Взбить 4 ст. л. растительного масла с 2 ч. л. карри, молотым чили, солью и черным перцем по вкусу. Этой смесью смазать куриные ножки, обжарить их в оставшемся растительном масле на сильном огне, а затем 20 мин тушить на слабом огне. Снять со сковороды и поставить в тепло. Лук-порей нарезать кольцами и пассеровать в оставшемся от жаренья масле. Яблоки и болгарский перец очистить, нарезать кубиками, добавить к луку, тушить до мягкости. Добавить нарезанные мелкими кусочками ананасы, сливки и херес, приправить оставшимися карри, солью и черным перцем, прогреть. Выложить на блюдо рис, куриные ножки, полить соусом и украсить ломтиками банана.

Курица под ореховым соусом с гранатовым соком

1 курица (1,8 кг), 350 г ядер грецких орехов, 300 г лука, 4–5 зубчиков чеснока, 150 мл гранатового сока, 50 г сливочного масла, 1 ст. л. аджики, кинза, перец, соль, специи по вкусу

Курицу нарезать на порционные куски, положить в кастрюлю, залить холодной водой и варить на медленном огне, периодически снимая пену. Готовое мясо вынуть, переложить в чугунный котелок, добавить сливочное масло, мелко нарезанный лук, аджику и тушить 5–10 мин. Орехи 2–3 раза пропустить через мясорубку. Чеснок, соль и зелень кинзы истолочь в ступке, смешать с молотыми орехами, развести 600 мл теплого бульона. Полученным соусом залить мясо и варить в течение 15 мин, периодически перемешивая. За 3 мин до готовности добавить гранатовый сок и специи. Подавать блюдо горячим.

Курица, жаренная с грибами

1 курица (1,7–2 кг), 100 г грибов, 2 ст. л. сливочного масла, 3 ст. л. растительного масла, 150 мл томатного соуса, зелень, соль и специи

Курицу разрезать на куски, обжарить в растительном масле с двух сторон. Грибы промыть, нарезать, сложить в кастрюлю, добавить сливочное масло, поставить на небольшой огонь и тушить 20 мин. К жареной курице добавить грибы, соль, специи, залить томатным соусом и тушить около 20 мин. Перед подачей посыпать измельченной зеленью.

Окорочка с сыром

800–900 г окорочков, 100 г болгарского перца, 150 г сыра, 1 яйцо, соль и специи по вкусу

С окорочков снять кожу, но не отрывать полностью от кости голени, кость перерубить. Мясо снять с костей, пропустить через мясорубку или мелко нарезать. Добавить нарезанные кубиками болгарский перец и сыр, яйцо, соль, специи, перемешать. Приготовленной массой начинить кожу окорочков, края зашить или сколоть зубочистками. Тушить в небольшом количестве подсоленной воды на слабом огне 45 мин. Подавать охлажденными с зеленью и овощным салатом.

Курица в остром медово-горчичном соусе

1 кг куриного филе, 1–2 зубчика чеснока, 5–6 ст. л. растительного масла, 5 ст. л. зернистой горчицы, 4–5 ст. л. меда, 5–6 ст. л. лимонного сока, ½ ч. л. паприки, ¼ ч. л. кайенского перца, ¼ ч. л. красного перца, соль

Куриное филе крупно нарезать. Для маринада чеснок пропустить через пресс, смешать с горчицей, медом, половиной лимонного сока, специями и солью. Отложить 4 ст. л. маринада. Оставшимся маринадом залить мясо, накрыть пленкой и оставить на 1 ч. Маринованное мясо обжарить с двух сторон в раскаленном растительном масле или на гриле. К оставленному ранее маринаду добавить оставшийся лимонный сок, полить готовое мясо и подать на стол.

Куриные окорочка, фаршированные орехами и черносливом

1,2 кг окорочков, 200 г грецких орехов, 150 г чернослива, 200 г лука, соль, специи, зелень по вкусу, нежирные сливки

Окорочка промыть, обсушить салфеткой и аккуратно снять кожу. Мясо отделить от костей и вместе с орехами, зеленью, черносливом и луком пропустить через мясорубку. Фарш заправить солью и специями, добавить сливки, тщательно вымешать. Подготовленным фаршем наполнить кожу куриных окорочков, края зашить или сколоть зубочистками. Фаршированные окорочка уложить в смазанную маслом форму, накрыть фольгой и запекать в предварительно нагретой до 200 °С духовке. За несколько минут до готовности снять фольгу и дать окорочкам немного подрумяниться.

Пряные куриные голени в рукаве

1,5 кг куриных голеней, 1 ст. л. тертого имбиря, 5 зубчиков чеснока, 2½ ст. л. майонеза, 1–2 ст. л. растительного масла, 2 ст. л. лимонного сока, паприка, карри, куркума, соль, перец по вкусу

Чеснок пропустить через пресс, смешать с тертым имбирем, добавить майонез, растительное масло, лимонный сок, соль, специи, тщательно перемешать. Голени смазать маринадом, уложить в рукав для запекания и оставить при комнатной температуре на 3–4 ч. Нагреть духовку до 180 °С, проколоть пакет в нескольких местах и запекать голени в духовке 1 час.

Курица со сливками по-французски

1 курица (1,5 кг), 250 мл сливок (10–15 %-й жирности), 150 г сыра, соль, специи и зелень по вкусу

Курицу разрезать пополам. Посолить, поперчить, выложить в форму для запекания. Запекать в духовке при температуре 180 °С в течение 35–45 мин. Сыр натереть на терке. Зелень измельчить. Смешать сливки, сыр, зелень. Вынуть курицу, залить соусом и поставить в духовку еще на 30–35 минут.

Курица карри

1–1,2 кг куриных грудок, 50 г болгарского перца, 80–100 г лука, 2 зубчика чеснока, 1 ст. л. томатной пасты, 3 ч. л. карри, 1 ч. л. соли

Лук мелко нарезать, выложить в сотейник с разогретым маслом, обжарить на среднем огне. Затем добавить нарезанный чеснок, томатную пасту и карри, перемешать, тушить 1–2 мин. Добавить нарезанное средними кусочками куриное мясо, обжарить 5 мин. Влить 200 мл кипящей воды, посолить, тушить на умеренном огне 20–25 мин. Всыпать нарезанный соломкой болгарский перец, перемешать и тушить еще 5 мин. Подавать с рисом.

Курица, тушенная с молодым картофелем в горшочках

1 курица (1,5–1,8 кг), 700 г картофеля, 180 г лука, 2–3 зубчика чеснока, 400 мл куриного бульона или воды, 50 г сливочного масла, специи, соль, перец по вкусу

Подготовленную курицу разрубить на порционные куски и обжарить в растопленном масле. Очищенные картофель и лук нарезать кубиками. В горшочки положить слой картофеля и лука, обжаренные куски курицы, затем снова слой картофеля и лука, добавить соль, перец, специи, залить бульоном или водой и тушить в духовке 50–60 мин при температуре около 200 ˚С. При подаче посыпать измельченным чесноком.

Куриные бедрышки в светлом пиве

1,5 кг куриных бедрышек, 500 г репчатого лука, 100 г светлого изюма, 300 мл светлого пива, лавровый лист, гвоздика, перец, 1 ст. л. сахара, соль по вкусу

Куриные бедрышки натереть смесью соли и перца. Изюм залить пивом, добавить сахар, лавровый лист, гвоздику, перемешать. Приготовленным маринадом залить мясо, оставить на 1 ч. Лук очистить, нарезать кольцами. Половину лука выложить в смазанную маслом форму, сверху разместить маринованные бедрышки, посыпать изюмом, снова выложить лук и залить пивом. Запекать в нагретой до 170–180 °C духовке до готовности.

Курица под соусом из сулугуни

1,3 кг куриных окорочков, 200 г шампиньонов, 500–600 г помидоров, 200 г лука, 150–170 г сулугуни, 300 мл куриного бульона, 200 мл белого сухого вина, 300 мл сливок, 50 мл коньяка, 1½ ст. л. горчицы, зелень, соль и перец по вкусу

Нарезать лук кубиками, шампиньоны – пластинками. Помидоры очистить от кожицы и нарезать кружочками. Окорочка нарезать порционными кусками, уложить в сковороду с высокими бортиками, посолить, поперчить и обжарить на сильном огне с двух сторон. Добавить нарезанный лук, шампиньоны, помидоры, перемешать и тушить 5 мин. Затем влить вино и тушить, пока оно не выпарится. Влить куриный бульон, накрыть крышкой, тушить 25 мин. Сулугуни размять, смешать со сливками, горчицей и коньяком. Готовое мясо вынуть из бульона. В бульон добавить смесь из сулугуни и сливок, перемешать, подержать на огне, не доводя до кипения. При подаче кусочки мяса полить соусом из сулугуни и посыпать зеленью.

Куриные окорочка, запеченные с яблоками и луком

3 куриных окорочка (около 1,5 кг), 250–300 г помидоров, 200 г лука, 400 г кислых яблок (антоновки), 2 ст. л. сливочного масла, соль и специи по вкусу

Окорочка вымыть, разрезать пополам по суставу, посолить, поперчить и поставить в холодильник на 2–3 ч. Затем обжарить в сливочном масле с двух сторон. Лук нарезать кольцами, обдать кипятком. Помидоры натереть на терке, посолить и поперчить по вкусу. Яблоки разрезать на четвертинки, удалить сердцевину. В огнеупорную форму вылить ¾ томатного пюре, добавить 100 мл воды, выложить слоями лук, обжаренные окорочка, томатное пюре, лук и яблоки. Накрыть форму фольгой. Запекать в духовке, нагретой до 190 °С, около 30 мин. Затем снять фольгу и запекать мясо до готовности.

Курица, фаршированная рисом, морковью и сельдереем

1 курица (1,8–2 кг), 50 г риса, 50 г маринованных шампиньонов, 100 г корня сельдерея, 200 г моркови, 1–2 зубчика чеснока, 2 ст. л. майонеза, соль, черный молотый перец, паприка, тмин, розмарин по вкусу

Майонез смешать с солью, специями, измельченным чесноком и натереть курицу снаружи и внутри. Оставить на 20–30 мин. Морковь и корень сельдерея вымыть, очистить, натереть на крупной терке. Рис отварить в подсоленной воде до готовности. С шампиньонов слить маринад, обсушить, нарезать ломтиками. Морковь, корень сельдерея, рис и грибы смешать, добавить специи и полученным фаршем начинить курицу. Разрез сколоть зубочистками или зашить. Курицу выложить на противень и запекать 2–2,5 ч, периодически поливая выделяющимся соком.

Курица, фаршированная яблоками и лимоном

1 курица (1,7–2 кг), 250 г кисло-сладких яблок, 150 г лимонов, зеленый лук, соль, специи по вкусу

Курицу вымыть, обсушить, натереть снаружи и внутри смесью соли и специй. Лимон положить в кастрюлю, налить столько воды, чтобы она покрыла лимон, и довести до кипения. Затем лимон вынуть, остудить, разрезать на 4–6 частей. Яблоки вымыть, очистить от кожуры и сердцевины, нарезать мелкими кубиками. Курицу наполнить смесью яблок с лимоном, сколоть разрез зубочистками. Завернуть курицу в фольгу и запекать в духовке при температуре 180–200 °С около 1,5 ч. Затем фольгу приоткрыть и запекать курицу еще 30 мин. Подавать, посыпав рубленым зеленым луком.

Фаршированная курица без костей

1 курица (1,3–1,5 кг), 500 г капусты, 200 г охотничьих колбасок, 100 г лука, 3 ст. л. яблочного уксуса, 3 ст. л. соевого соуса, 1 ст. л. коричневого сахара, 100 мл растительного масла, перец, соль и зелень по вкусу

Курицу вымыть, обсушить, удалить кости. Для этого сначала нужно перевернуть курицу на брюшко, бедра сломать у хребта, удалить кости через брюшко. Затем подрезать хвостик у хребта, кожу на спине отделить от мяса и костей. На середине сломать хребет, вырезать тазобедренную кость. Подрезать кожу дальше, перерезать суставы крыльев и вырезать хребет с ребрами и шеей. Кости останутся только в крыльях и ножках курицы. Тушку снаружи и внутри сбрызнуть уксусом, внутри полить соевым соусом, посолить, поперчить. Оставить мариноваться на 1–2 ч. Капусту нарезать, обжарить вместе с луком, подливая время от времени воду или куриный бульон, чтобы она не пригорала. Добавить 2 ст. л. соевого соуса, 1–2 ст. л. яблочного уксуса, посолить, поперчить, посыпать коричневым сахаром. Добавить колбаски, нарезанные небольшими кусочками, и рубленую зелень, перемешать. Тушку курицы наполнить приготовленной начинкой, брюшко скрепить зубочистками, ножки связать

крестообразно ниткой. Выложить в форму для запекания, смазать тушку оливковым маслом, натереть солью и перцем. Запекать в духовке при температуре 200 ˚С 60 мин. Готовую курицу смазать соевым соусом и поставить в духовку еще на 10 мин, чтобы кожа подрумянилась. Перед подачей удалить нитку и зубочистки.

Курица с шампиньонами и сыром

1 курица (около 2 кг), 400 г шампиньонов, 100 г сыра, 150–200 г лука, 1 зубчик чеснока, 4–5 веточек петрушки или укропа, 3 ст. л. майонеза, 3 ст. л. растительного масла, соль, специи по вкусу

Курицу промыть, обсушить. Лук очистить и мелко нарубить. Грибы очистить, нарезать небольшими пластинками. Обжарить лук в растительном масле до золотистого цвета. Добавить грибы, жарить еще 3–5 мин. Остудить. Сыр натереть на крупной терке. Зелень мелко нарезать. Лук с грибами, сыр, зелень, измельченный чеснок перемешать, посолить, добавить специи. Разрезать кожу на грудке курицы вдоль, аккуратно отделить от мяса и вложить под нее ровным слоем часть начинки. Оставшуюся начинку положить внутрь курицы и зашить разрез. Курицу смазать майонезом, выложить на противень и запекать в духовке при температуре 180 ˚С около 1,5 ч. Периодически поливать выделившимся соком для образования золотистой корочки. Подавать блюдо горячим, украсив зеленью.

Курица, фаршированная рисом

1 курица (1,5–1,7 кг), 150 г отварного риса, 5 зубчиков чеснока, 5 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. меда, 1 ст. л. соевого соуса, сушеный базилик, тимьян, розмарин, перец, соль по вкусу

Растительное масло смешать с медом, соевым соусом, специями и солью, добавить пропущенный через пресс чеснок. Соусом натереть курицу внутри и снаружи, начинить рисом, разрез зашить или сколоть зубочистками. Завернуть курицу в фольгу и запекать в нагретой до 200 °С духовке около 1,5 ч. Затем фольгу приоткрыть и дать курице подрумяниться.

Шашлык из курицы в пряном маринаде с лимоном

500 г куриного филе, 100 г лимонов, 100–120 г красного лука, 2 зубчика чеснока, 3 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. оливкового масла, 2 ст. л. итальянских трав, 1 ч. л. паприки, 1 ч. л. кумина, корица, черный перец по вкусу, 1 ч. л. соли

Смешать в небольшой миске черный перец, корицу, кумин, соль, паприку, итальянские травы, измельченный чеснок и 1 ст. л. лимонного сока. Добавить куриное филе, нарезанное небольшими кусочками, перемешать, накрыть крышкой и поставить в холодильник мариноваться на 2–3 ч. Оливковое масло и оставшийся лимонный сок смешать в небольшой посуде. Разогреть мангал или гриль. Нанизать на шампуры кусочки курицы, чередуя с кружочками лимона, и жарить 6–8 мин. Мясо и лук периодически смазывать масляно-лимонным маринадом. Шашлык подавать с лимонными дольками.

Курица, фаршированная по-еврейски

1 курица (1,5–2 кг), 100–120 г грецких орехов, 150 г изюма, 100 г чернослива, 300 г яблок, 180–200 г майонеза, соль и специи по вкусу

Курицу тщательно вымыть и обсушить. Половину яблок нарезать кубиками. Орехи слегка измельчить. Изюм залить кипятком и оставить на 10 мин, затем слить воду. Чернослив промыть, нарезать кубиками. Нарезанные яблоки, чернослив, изюм и грецкие орехи перемешать. Курицу натереть солью, специями и смазать майонезом. На грудке сделать надрезы и вставить туда кончики крыльев, как в кармашки. Наполнить курицу начинкой, посыпать специями, сколоть брюшко зубочистками и смазать майонезом. Выложить курицу в сковороду или форму для запекания, вокруг разложить нарезанные дольками оставшиеся яблоки, накрыть фольгой. Запекать около 2 ч в нагретой до 200 °С духовке. Когда курица будет готова, снять фольгу и запекать курицу еще 15 мин, до образования румяной корочки.

Рубленые куриные котлеты

800 г куриного филе, 100 г лука, 100 г копченого колбасного сыра, зелень, 1–2 ст. л. кукурузного крахмала, 2 ст. л. майонеза, соль, специи по вкусу, растительное масло

Филе нарезать мелкими кубиками. Сыр, лук и зелень измельчить. Сыр можно натереть на крупной терке. Все ингредиенты смешать, добавить майонез, крахмал, соль и специи по вкусу. Сформовать из фарша котлеты, выложить в сковороду с разогретым растительным маслом и жарить с двух сторон до готовности.

Куриные котлеты с творогом и шпинатом

500 г куриного филе, 150 г творога, 200 г шпината, 2 яйца, панировочные сухари, соль и специи по вкусу

Филе нарезать мелкими кусочками. Шпинат измельчить. Смешать мясо, творог, шпинат, яйца, соль и специи. Фарш отбить, сформовать небольшие котлеты, запанировать в сухарях. Духовку нагреть до 190–200 ˚С, выложить котлеты на смазанный маслом противень и запекать около 20 минут.

Куриные отбивные с помидорами и болгарским перцем

500 г куриной грудки, 150–200 г болгарского перца, 400 г помидоров, 100 г лука, 200 г сыра, 1 яйцо, зеленый лук, майонез, соль, перец, панировочные сухари, растительное масло

Разрезать каждую половинку куриной грудки на 3 части. Отбить, положив в полиэтиленовый пакет, посолить и поперчить. Затем обмакнуть во взбитое яйцо, запанировать в сухарях и обжарить в растительном масле с двух сторон. Помидоры протереть через сито. Болгарский перец и лук мелко нашинковать, обжарить в растительном масле. Добавить протертые помидоры, соль, перец, тушить 10 мин. Сыр натереть на крупной терке. В смазанную маслом форму для запекания выложить отбивные. Сверху на каждую выложить немного тушеных овощей, полить майонезом и посыпать тертым сыром. Запекать в духовке 20–30 мин при температуре 180 °С. Подавать, посыпав мелко нарубленным зеленым луком.

Рулетики из курицы с беконом

500 г куриного филе, 200 г мягкого сливочного сыра, 100 г болгарского перца, 100 г бекона, 3 веточки укропа, 3–4 веточки петрушки, соль и перец

Каждую половинку куриного филе разрезать острым ножом вдоль на три части. Чем тоньше пласт, тем меньше и аккуратнее получатся рулетики. Ломтики немного отбить, посолить и поперчить. Каждый смазать сыром (можно использовать мягкий плавленый). Болгарский перец вымыть, очистить, нарезать кубиками или соломкой, выложить поровну на кусочки курицы и посыпать мелко нарезанной зеленью. Свернуть мясо рулетиками. Бекон нарезать тонкими полосками, обернуть каждый рулетик, скрепить края зубочистками. Духовку нагреть до 180 °С. Форму для запекания смазать растительным маслом, выложить рулетики и запекать около 30 мин. Затем огонь выключить и оставить

рулетики в духовке еще на 5–7 минут.

Куриные рулетики в пряном соусе

500–600 г куриных грудок, 200 г огурцов, 1 зубчик чеснока, 2 ч. л. тертого имбиря, 5 перьев зеленого лука, 4–5 веточек кинзы, 70 г листьев салата, 2 ст. л. растительного масла, 100 мл соевого соуса, 1 ст. л. лимонного сока, 2 ст. л. коричневого сахара, 1 ч. л. меда, 4 звездочки бадьяна, черный перец, соль

Духовку предварительно нагреть до 180–190 °С. Для маринада смешать соевый соус, сахар и мед, добавить бадьян, чеснок и имбирь. Куриные грудки нарезать ломтиками, завернуть в пищевую пленку, отбить молоточком. Затем залить маринадом и оставить на 20–30 мин. Зеленый лук и кинзу крупно нарубить. Выложить немного лука и кинзы на ломтики филе и свернуть рулетиками. Уложить их в форму, смазанную маслом, и запекать в нагретой духовке 20–25 мин, периодически поливая маринадом, а затем на 10 минут поставить под гриль или на самый верхний уровень духовки. На листья салата выложить тонко нарезанные кружочками огурцы, сбрызнуть лимонным соком и растительным маслом, сверху разместить рулетики и подать на стол.

Куриные вертуны

700–800 г куриного филе, 100 г сала, 2–3 зубчика чеснока, 1 яйцо, 50 г майонеза, 50 мл сливок, ½ ч. л. горчицы, мука, соль и специи по вкусу

Куриное филе вымыть, обсушить, нарезать небольшими ломтиками и слегка отбить. Внешнюю сторону каждого ломтика посолить, поперчить, на край выложить тонко нарезанное сало. Внутреннюю сторону посолить, поперчить и посыпать специями и измельченным чесноком. Свернуть рулетиками, края сколоть зубочистками. Для кляра взбить яйцо с майонезом, горчицей и сливками, добавить по вкусу соль и специи. Вертуны запанировать в муке, обмакнуть в кляр и жарить в разогретом растительном масле до готовности.

Куриные рулетики с фетой

1,2 кг куриного филе, 200 г лука, 2–3 зубчика чеснока, 200–300 г феты, 100 г твердого сыра, 2–3 ст. л. растительного масла, 3–4 ст. л. лимонного сока, зелень, перец, соль

Куриное филе нарезать плоскими ломтиками, отбить, полить лимонным соком, натереть солью и специями и оставить мариноваться на 30 мин. Для начинки лук мелко нарезать, смешать с измельченными чесноком и фетой. Начинку выложить на ломтики мяса, свернуть в рулетики, края сколоть зубочистками и обжарить в разогретом растительном масле до золотистой корочки. Затем выложить в смазанную маслом форму, посыпать тертым сыром, рубленой зеленью и запекать в нагретой до 180–190 °С духовке 20–30 минут.

Куриные котлеты «Нежные»

450 г куриного фарша, 1 яйцо, 80–100 г лука, 1 зубчик чеснока, 1 ч. л. мускатного ореха, 1 ч. л. орегано, соль по вкусу, растительное масло

Лук мелко нарезать, обжарить в масле. В куриный фарш добавить яйцо, обжаренный лук, измельченный чеснок, мускатный орех, орегано и соль, тщательно перемешать. Выкладывать фарш на сковороду с разогретым маслом ложкой. Обжарить котлеты до готовности с двух сторон.

Запеканки

Овощная запеканка с курицей

500 г куриного фарша, 100–150 г картофеля, 150 г болгарского перца, 300 г помидоров, 100 г лука, 100 г сыра, 3–4 ст. л. сметаны, 1 ст. л. растительного масла, перец, соль по вкусу

Фарш посолить, поперчить, добавить мелко нарезанный лук, перемешать и выложить в форму, смазанную маслом. Сверху выложить нарезанные помидоры и болгарский перец. Картофель натереть на средней терке, перемешать с солью, перцем и растительным маслом, распределить поверх овощей. Запеканку полить сметаной и посыпать тертым сыром. Запекать в духовке при температуре 190 ˚С около 40 минут.

Запеканка из курицы с цукини и горошком

400 г куриного мяса, 200 г стручков зеленого горошка, 100 г лука, 200 г цукини, 1 зубчик чеснока, 2 пера зеленого лука, зелень петрушки, 125 г творога, 200 мл сливок, 2 яйца, 40 г твердого острого сыра, 3 ст. л. растительного масла, 1–2 ст. л. сливочного масла, мускатный орех, соль, молотый перец по вкусу

Куриное мясо промыть, обсушить, нарезать кусками. В сковороде разогреть масло. Куски курицы обжарить с двух сторон, снять со сковороды. Лук мелко нарезать, обжарить в оставшемся на сковороде масле. Добавить нарезанные кубиками цукини, тушить 5 мин. Посолить, поперчить, приправить мускатным орехом и пропущенным через пресс чесноком. У стручков гороха срезать хвостики, бланшировать стручки в кипящей воде около 2 мин. Обдать холодной водой и откинуть на дуршлаг. Творог смешать с яйцами, сливками, рубленым зеленым луком и петрушкой. Плоскую форму смазать маслом, выложить мясо. Сверху распределить обжаренные овощи, стручки гороха и творожно-яичную смесь. Посыпать тертым сыром, выложить кубики масла. Запекать в духовке при температуре 180–200 °С около 40 минут.

Картофельная запеканка с куриной грудкой

400 г куриного филе, 500 г картофеля, 250 г кабачков, 150–200 г консервированной кукурузы, 100 г лука, 6–8 вяленых помидоров, 50–70 г пармезана, 5–6 яиц, 2 ст. л. лимонного сока, растительное масло, соль, специи

Куриное филе нарезать, замариновать в смеси растительного масла, лимонного сока, соли и специй, оставить на 1 ч, затем быстро обжарить. Очищенный картофель, лук и кабачки нарезать брусочками. В сковороде в небольшом количестве растительного масла обжарить лук до прозрачности. Затем добавить картофель и в конце приготовления – кабачки и кукурузу. В форму выложить тушеные овощи, кусочки курицы и мелко нарезанные вяленые помидоры. Смешать яйца с тертым сыром и залить этой смесью овощи. Запекать в духовке при температуре 180 ˚С до готовности. Готовую запеканку посыпать тертым пармезаном.

Кисло-сладкая запеканка из курицы с рисом

400 г куриного филе, 250 г риса, 500 г тыквы, 300 г ананасов, 100 г красного болгарского перца, 1 лук-порей, 60 г орехов кешью, 500 мл овощного бульона, 3 ст. л. оливкового масла, 1 ст. л. соевого соуса, 3 ст. л. уксуса, 3 ст. л. кетчупа, 1 ст. л. приправы карри, 1 ст. л. крахмала, соль по вкусу

Куриное филе нарезать кубиками, мариновать около 15 мин в смеси карри, соевого соуса и крахмала. Тыкву очистить от кожуры, удалить семена и волокна. Мякоть тыквы и ананаса нарезать кубиками. Болгарский перец и лук-порей нарезать небольшими кусочками. Разогреть в сковороде масло, обжарить мясо. Добавить тыкву, ананасы, болгарский перец и лук-порей, тушить 10 мин. Влить бульон, уксус и кетчуп, довести до кипения. Добавить рис, орехи кешью, посолить, перемешать. Выложить смесь в форму, смазанную жиром. Запекать в духовке при температуре 200 ˚С около 45 минут.

Жюльен с курицей и грибами

200 г куриного мяса, 200 г шампиньонов, 150 г лука, 50–80 г сыра, 250 мл сливок, 50 г сливочного масла, 2 ст. л. муки, соль, специи

Лук мелко нарезать, обжарить в сливочном масле. Добавить нарезанное кубиками куриное мясо и шампиньоны, соль, специи, жарить в течение 20 мин. Для соуса муку слегка обжарить в сливочном масле, влить сливки и прогреть до загустения. Мясо и грибы залить соусом, перемешать, снять с огня. Массу выложить в формочки, посыпать тертым сыром и поставить в духовку. Запекать при температуре 180 °С в течение 20–25 минут.

Запеканка-суфле с куриным мясом и овощами

700 г куриного филе, 400 г цветной капусты, 400 г стручковой фасоли, 150 г моркови, 150 г лука, 3–4 яйца, 150–200 мл сливок, 150 г сыра, зелень укропа или петрушки, соль, приправы по вкусу

Отварить куриное филе до готовности. Цветную капусту и стручковую фасоль отварить в течение 5–7 мин (овощи можно отварить в курином бульоне). Лук и морковь нарезать, обжарить в растительном масле. Мясо и овощи пропустить через мясорубку или измельчить блендером. Для заливки взбить яйца и сливки, добавить 50 г тертого сыра, рубленую зелень, посолить, поперчить. Заливку тщательно перемешать с приготовленным фаршем. Форму смазать маслом, посыпать панировочными сухарями или манной крупой, выложить приготовленную массу и посыпать оставшимся сыром. За-пекать в духовке при температуре 180 °С около 30–40 мин, до золотистой корочки.

Картофельная запеканка с курицей

250 г куриного филе, 200 г картофеля, 200 г лука, 100 г сыра, 1 яйцо, 30 г сливочного масла, соль, перец, растительное масло

Лук мелко нарезать, обжарить до прозрачности в растительном масле. Добавить мелко нарезанное куриное филе, посолить, поперчить и жарить до готовности. Картофель отварить, размять в пюре, добавить сырое яйцо, сливочное масло и соль по вкусу. Сыр натереть на мелкой терке. Противень смазать маслом и посыпать мукой, чтобы запеканка не подгорела. Выложить половину картофельного пюре, куриное мясо с луком, разровнять и посыпать частью тертого сыра. Сверху выложить оставшуюся часть картофеля, посыпать оставшимся тертым сыром. Запекать в духовке 25–30 мин при температуре 180 °C.

Запеканка с курицей и кукурузой

800 г куриных окорочков, 400 г картофеля, 300 г консервированной кукурузы, 200 г лука, 100 г сыра, 250 г майонеза, зелень, соль и перец по вкусу

С окорочков снять кожу и срезать жир. Мясо нарезать тонкими ломтиками, выложить в смазанную жиром форму. Лук очистить, нарезать тонкими полукольцами, промыть под струей холодной воды, отжать и выложить на мясо. Сверху распределить кукурузу. Картофель очистить, нарезать тонкими ломтиками, выложить поверх кукурузы, смазать майонезом, посыпать тертым сыром. Запекать в духовке 45–50 мин. Готовое блюдо посыпать свежей зеленью.

Выпечка

Куриный рулет в слоеном тесте

700 г куриного филе, 500 г нежирной свинины, 400 г шампиньонов, 1 яйцо, 120 г сметаны, 500 г готового слоеного теста, соль, перец и специи по вкусу

Грибы выложить на противень и запекать в духовке при температуре 220 °С 15–25 мин. Следить, чтобы не пригорели. Затем пропустить грибы через мясорубку, посолить, добавить 2–3 ст. л. сметаны. Яйцо взбить, вылить в грибы, немного оставить для смазывания теста. Куриное филе отбить, посолить, поперчить, посыпать специями. Свинину пропустить через мясорубку, посолить, поперчить, добавить 4 ст. л. сметаны. Ломтики куриного филе выложить внахлест, чтобы образовался прямоугольный пласт. Сверху распределить свиной фарш, аккуратно свернуть рулетом. Слоеное тесто раскатать в пласт такого размера, чтобы им можно было обернуть куриный рулет. На середину теста выложить полосу из грибов, сверху положить рулет, со всех сторон смазать оставшимся грибным фаршем. Обернуть рулет тестом, края защипнуть, лишнее тесто обрезать. Смазать рулет оставшимся яйцом, сверху сделать небольшое отверстие для выхода пара. Рулет переложить на противень и выпекать в духовке при температуре 220 °С до румяной корочки, затем температуру уменьшить до 180 °С, рулет накрыть фольгой и выпекать еще 40 мин. Готовый рулет выложить на блюдо и накрыть полотенцем.

Конвертики с курицей и перцем

500 г готового слоеного бездрожжевого теста, 300 г отварного куриного мяса, 100–150 г болгарского перца, 1 яичный желток, 2 ст. л. французской горчицы (с целыми зернами), 5 ст. л. измельченной зелени по вкусу

Перец очистить от плодоножки и семян, нарезать квадратиками. Отварное куриное мясо нарезать мелкими кубиками, смешать с зеленью и горчицей. Добавить болгарский перец, перемешать. Тесто раскатать в пласт толщиной 5 мм, нарезать квадратами со стороной 6–7 см. Выложить на середину каждого квадрата начинку, соединить концы теста, защипнуть края, смазать взбитым желтком. Выложить конвертики на противень и выпекать при температуре 200 °С до готовности.

Пирожки с куриным фаршем и луком

1 кг муки, 50 г дрожжей, 2 яйца, 200 г сливочного масла, 500 мл молока, 4 ст. л. сахара, ½ ч. л. соли

Для начинки: 500 г куриного фарша, 70–100 г лука, 4–5 ст. л. растительного масла, соль и специи по вкусу

В теплом молоке развести дрожжи. Яйца взбить с сахаром и солью. Сливочное масло растопить и охладить до комнатной температуры. Яйца и масло ввести в молочно-дрожжевую смесь, перемешать до однородности. Небольшими порциями всыпать муку и замесить мягкое тесто. Готовое тесто скатать в шар, обернуть пищевой пленкой и поместить в холодильник на 2–3 ч. Затем выложить на стол, оставить на 30–40 мин. Для начинки лук очистить, мелко нарезать, обжарить в растительном масле до золотистого цвета. Добавить мясной фарш, соль, специи, перемешать и тушить под крышкой до готовности, время от времени перемешивая. Из теста сформовать шарики диаметром около 6 см, оставить для расстойки на 15–20 мин. Раскатать их в лепешки, разложить мясную начинку, защипнуть края. Выложить пирожки на посыпанный мукой противень, оставить на 10–15 мин, смазать яйцом и выпекать в духовке, нагретой до 180 °С, до готовности.

Ватрушки с мясом и болгарским перцем

500 г муки, 30 г дрожжей, 2 яичных желтка, 200 г сливочного масла или маргарина, 250 мл молока, 3–4 ст. л. сахара, ¼ ч. л. соли

Для начинки: 300 г куриного фарша, 250 г болгарского перца, 100 г лука, 3–4 ст. л. растительного масла, зелень укропа или петрушки, соль и специи по вкусу

В теплом молоке развести дрожжи. Мягкое масло или маргарин растереть с сахаром и солью в однородную массу. Добавить яичные желтки, перемешать. Влить молочно-дрожжевую смесь, всыпать треть муки и перемешать до однородности. Небольшими порциями всыпать муку и замесить мягкое тесто. Готовое тесто накрыть салфеткой и поставить в теплое место на 20–30 мин. Для начинки лук очистить, мелко нарезать, обжарить в масле до прозрачности. Болгарский перец очистить от семян и плодоножек, мелко нашинковать, положить к луку, жарить на небольшом огне 2–3 мин. Затем добавить куриный фарш, соль, специи, перемешать и жарить до готовности, время от времени перемешивая. Из теста сформовать небольшие шарики, дать им подойти и сделать из них заготовки для ватрушек с углублением в центре. В углубление положить мясную начинку, посыпать рубленой зеленью. Выложить изделия на противень, дать постоять 10–15 мин, смазать яйцом и выпекать при температуре 180–200 °С.

Пирожки с курицей и зеленью

1 кг муки, 50 г дрожжей, 2 яйца, 200 г сливочного масла, 500 мл молока, 4 ст. л. сахара, ½ ч. л. соли

Для начинки: 400 г куриного фарша, 100 г лука, 50 г сыра, 4 ст. л. растительного масла, 7–8 веточек петрушки, 7–8 веточек укропа, 4–5 веточек базилика, соль и специи по вкусу

В теплом молоке развести дрожжи. Яйца взбить с сахаром и солью. Сливочное масло растопить и охладить до комнатной температуры. Яйца и масло ввести в молочно-дрожжевую смесь, перемешать до однородности. Небольшими порциями всыпать муку и замесить мягкое тесто. Готовое тесто скатать в шар, обернуть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 2–3 ч. Затем выложить на стол, оставить на 30–40 мин. Для начинки лук очистить, мелко нарезать, обжарить в растительном масле до прозрачности. Добавить фарш, посолить и жарить до готовности, время от времени перемешивая. Готовый фарш остудить, добавить мелко нарубленную зелень, тертый сыр и специи. Из теста сформовать шарики, оставить для расстойки на 15–20 мин. Затем раскатать их в лепешки, разложить мясную начинку, защипнуть края. Пирожки выложить швом вниз на посыпанный мукой противень, оставить на 10–15 мин, смазать яйцом и выпекать в духовке при температуре 180 °С.

Пирожки с курицей и ветчиной

500 г муки, 30 г дрожжей, 2 яичных желтка, 200 г сливочного масла или маргарина, 250 мл молока, 3–4 ст. л. сахара, ¼ ч. л. соли

Для начинки: 300 г ветчины, 300 г отварной курицы, 2 отварных яйца, 50–80 г сыра, 1 ст. л. растительного масла, 5–6 веточек укропа, 5–6 веточек петрушки, соль и специи по вкусу

В теплом молоке развести дрожжи. Мягкое масло или маргарин растереть с сахаром и солью в однородную массу. Добавить яичные желтки, перемешать. Влить молочно-дрожжевую смесь, всыпать треть муки и перемешать до однородности. Небольшими порциями всыпать муку и замесить мягкое тесто. Из теста сформовать шарики диаметром 5–6 см, дать подойти. Ветчину и курицу нарезать мелкими кубиками. Добавить мелко нарубленные яйца, зелень, тертый сыр, соль и специи, заправить растительным маслом, перемешать. Тесто раскатать в лепешки, разложить приготовленную начинку, защипнуть края. Пирожки выложить швом вниз на посыпанный мукой противень, дать подойти. Затем смазать яйцом и выпекать в духовке при температуре 180–190 °С до золотистой корочки.

Пирог с болгарским перцем

500 г муки, 30 г дрожжей, 1 яичный желток, 100–120 мл растительного масла, 200 мл кефира, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли

Для начинки: 200 г болгарского перца разного цвета, 300 г отварного куриного мяса без костей, 150 г брынзы, 100 г лука, 2 зубчика чеснока, 2–3 веточки базилика, 3 ст. л. растительного масла, 1 ст. л. мелко нарезанного красного острого перца, соль и специи по вкусу

Кефир смешать с растительным маслом, слегка подогреть. Добавить сахар, соль, яичный желток, тщательно перемешать. Положить в смесь дрожжи, перемешать до их полного растворения. Постепенно всыпая просеянную муку, замесить тесто. Накрыть его салфеткой и поставить в теплое место до увеличения объема в 3 раза. Пока тесто будет подходить, приготовить начинку. Лук обжарить в растительном масле, добавить нашинкованный болгарский перец, тушить на среднем огне 5 мин. Положить пропущенный через пресс чеснок, рубленый базилик, мелко нарезанный красный острый перец, нарезанное кусочками куриное мясо, соль и специи. Приготовленную массу остудить и аккуратно перемешать с тертой брынзой. Отделить 2/3 готового теста, раскатать в пласт, уложить в посыпанную мукой форму, сделав бортики высотой 3–4 см. Выложить приготовленную начинку. Оставшееся тесто раскатать в тонкий пласт, накрыть пирог, защипнуть края. Оставить для расстойки на 15 мин, смазать яичным желтком и выпекать при температуре 180–200 °С до готовности.

Пирог по-деревенски с курицей и грибами

500 г муки, 30 г дрожжей, 1 яичный желток, 100–120 мл растительного масла, 200 мл кефира, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли

Для начинки: 200–250 г шампиньонов, 200–300 г отварного куриного филе, 100 г лука, 5–6 веточек петрушки, 150 г сыра, 1 яйцо, 100 мл сливок, 1–2 ст. л. растительного масла, соль и специи по вкусу

Кефир смешать с растительным маслом, слегка подогреть. Добавить сахар, соль, яичный желток, тщательно перемешать. Положить в смесь дрожжи, перемешать до их полного растворения. Постепенно всыпая просеянную муку, замесить тесто. Накрыть его салфеткой и поставить в теплое место до увеличения объема в 3 раза. Пока тесто подходит, приготовить начинку. Шампиньоны нарезать, обжарить в растительном масле вместе с мелко нарезанным луком, добавить соль, специи, рубленую зелень, снять с огня и остудить. Добавить куриное мясо, нарезанное мелкими кубиками, тертый сыр, яйцо, взбитое со сливками, соль и специи. Массу аккуратно перемешать. Отделить ¾ готового теста, раскатать в пласт, уложить в посыпанную мукой форму, сделав бортики высотой 3–4 см. Выложить приготовленную начинку. Оставшееся тесто раскатать в тонкий пласт, накрыть пирог, защипнуть края. Оставить для расстойки на 15 мин, смазать растительным маслом или яйцом и выпекать в духовке при температуре 220 °С 30–40 минут.

Пирог с курицей, грибами и кабачками

500 г муки, 30 г дрожжей, 1 яичный желток, 100–120 мл растительного масла, 200 мл кефира, 1 ст. л. сахара, 1 ч. л. соли

Для начинки: 500 г отварного куриного мяса, 150 г кабачков, 2 зубчика чеснока, 7–9 веточек петрушки, 2 яйца, 2–3 ст. л. растительного масла, соль и специи по вкусу

Кефир смешать с растительным маслом, слегка подогреть. Добавить сахар, соль, яичный желток, тщательно перемешать. Положить в смесь дрожжи, перемешать до их полного растворения. Постепенно всыпая просеянную муку, замесить тесто. Накрыть его салфеткой и поставить в теплое место до увеличения объема в 3 раза. Пока тесто будет подходить, приготовить начинку. Кабачки очистить, нарезать небольшими кусочками, обжарить в растительном масле. Остудить, соединить

с нарезанной курицей. Добавить пропущенный через пресс чеснок, рубленую петрушку и яйца, взбитые с солью и специями. Отделить ⅔ готового теста, раскатать в пласт, уложить в посыпанную мукой форму, сделав бортики высотой 3–4 см. Выложить приготовленную начинку. Оставшееся тесто раскатать в тонкий пласт, накрыть пирог, защипнуть края. Оставить для расстойки на 15 мин, смазать растительным маслом и выпекать в духовке при температуре 200 °C до готовности.

Пирог с курицей и морковью

1 кг муки, 50 г дрожжей, 2 яйца, 200 г сливочного масла, 500 мл молока, 4 ст. л. сахара, ½ ч. л. соли

Для начинки: 600 г куриного филе, 150 г моркови, 100 г лука, 200 г сыра, 2 ст. л. растительного масла, 2–3 ч. л. соевого соуса, специи и зелень по вкусу

В теплом молоке развести дрожжи. Яйца взбить с сахаром и солью. Сливочное масло растопить и охладить до комнатной температуры. Яйца и масло ввести в молочно-дрожжевую смесь, перемешать до однородности. Небольшими порциями всыпая муку, замесить мягкое тесто. Готовое тесто скатать в шар, обернуть пищевой пленкой и поставить в холодильник на 2–3 ч. Затем выложить на стол, оставить на 30–40 мин. Для начинки куриное филе нарезать небольшими кусочками, посолить, обжарить в растительном масле, помешивая, затем добавить соевый соус и специи. Лук и морковь очистить, мелко нарезать, добавить к куриному мясу и жарить до мягкости. Тесто раскатать в пласт толщиной 4–6 мм (оставить немного теста для оформления верха пирога), выложить в форму для выпекания, сформовать бортики высотой 2–3 см, поставить в нагретую до 190 °С духовку на 5–7 мин. Выложить на тесто куриное мясо с овощами, посыпать тертым сыром, зеленью. Оставшееся тесто раскатать в пласт толщиной 2–3 мм, нарезать полосками, выложить крест-накрест на пирог, смазать яйцом. Пирог поставить в духовку и выпекать до готовности.

Круассаны с курицей и зеленью

1 кг слоеного дрожжевого теста, 400 г отварного куриного мяса, 10 веточек укропа, 7 веточек петрушки, 8 веточек сельдерея или другой зелени по вкусу, 50 г сыра, 1 яйцо, кунжут, соль и специи по вкусу

Зелень вымыть, очень мелко нарезать или измельчить в кухонном комбайне. Отварное куриное мясо нарезать мелкими кусочками. Сыр натереть на крупной терке. Зелень смешать с сыром, солью и специями. Тесто выложить на посыпанную мукой поверхность, раскатать в пласт толщиной 4–5 мм, разрезать на треугольники. На основание треугольника выложить немного куриного мяса, сверху – зелень с сыром. Свернуть треугольник рулетиком, чтобы получился круассан. Выложить изделия на посыпанный мукой противень, смазать яйцом, посыпать кунжутом, оставить на 5–10 мин. Затем поставить в нагретую до 220–230 °С духовку и выпекать до золотистого цвета.

Рулетики с куриным филе, грибами и сыром

500 г дрожжевого слоеного теста, 250 г куриного филе, 200 г маринованных шампиньонов, 120 г лука, 70–100 г сыра, зелень, 1 ст. л. растительного масла, соль и специи по вкусу

Куриное филе отварить до готовности в подсоленной воде, мелко нарезать. Маринованные грибы откинуть на дуршлаг, чтобы стек маринад, нарезать пластинками. Лук очистить, мелко нарезать, обжарить в растительном масле до прозрачности. Сыр натереть на крупной терке. Мясо, грибы, лук и сыр смешать, добавить рубленую зелень. Тесто раскатать на посыпанной мукой поверхности в пласт толщиной 3–5 мм. Выложить начинку, свернуть пласт рулетом, края смочить водой, соединить и прижать, чтобы не расходились. Острым ножом разрезать рулет на ломтики шириной 7–8 см, выложить на посыпанный мукой противень, дать постоять 10 мин, смазать яйцом. Выпекать в духовке, нагретой до 220 °С.